

PIJAT OKSITOSIN TERHADAP TANDA KECUKUPAN ASI PADA BAYI

Astri Cahya Ningsih¹, Rosmiyati², Nurul Isnaini^{3*}, Ana Mariza⁴

^{1,2,3,4} Program Studi DIV Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati
*Korespondensi email isnaininurul50@yahoo.co.id

ABSTRACT OXYTOCIN MASSAGE ON SIGNS OF ADEQUATE BREAST MILK IN INFANTS

Background: Breast feeding for babies has an important meaning, especially concerning sufficiency of nutrition and other substances required for body immunity against diseases. Oxytocin massage is one solutions to overcome lack of breast milk production, where oxytocin hormone takes a role.

Purpose: The objective of this research was to find out the influence of oxytocin massage to breast milk sufficiency for babies in Wirahayu, S.Tr., Keb private midwifery in Panjang of Bandar Lampung in 2020.

Methods: This was a quantitative research by using quasi-experiment design and one group pretest and posttest approach. Population was 20 mothers with babies of 3-6 months old visiting Wirahayu, S.Tr.,Keb in Panjang of Bandar Lampung. 20 respondent samples were taken by using purposive sampling. Data were collected by using questionnaires and observations and analyzed by using univariate and bivariate analyses by using paired t-test.

Result: The result showed that the average (mean) of breast milk sufficiency before and after oxytocin massage were 5.50 and 9.05 respectively. Statistic test result showed that there was an influence of oxytocin massage to breast milk sufficiency for babies in Wirahayu, S.Tr., Keb private midwifery in Panjang of Bandar Lampung in 2020 with p-value 0.000.

Conclusion: There was an influence of oxytocin massage to breast milk sufficiency for babies in Wirahayu, S.Tr., Keb private midwifery in Panjang of Bandar Lampung in 2020.

Suggestions for health workers to improve health services on how to increase signs of breast milk adequacy, by providing health education about the importance of doing oxytocin massage and providing classes for breastfeeding mothers and classes for oxytocin massage

Keywords : oxytocin massage and breast milk sufficiency signs

ABSTRAK

Latar Belakang: Pemberian ASI pada bayi mempunyai arti sangat penting ,terutama menyangkut pemenuhan kebutuhan gizi dan zat lain pembentuk kekebalan tubuh terhadap penyakit. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidak lancarannya produksi ASI, hormone yang berperan yaitu hormon oksitosin.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap tanda kecukupan ASI pada bayi di PMB Wirahayu, S.Tr.,Keb Panjang Bandar Lampung Tahun 2020.

Metode: Jenis penelitian ini adalah *kuantitatif*. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi Experiment* dengan pendekatan *one group pre test and post test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang mempunyai bayi usia 3-6 bulan di PMB Wirahayu, S.Tr.,Keb Panjang Bandar Lampung yang berjumlah 20 responden. 20 sampel diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan lembar kuesioner dan observasi. Data dianalisa dengan analisa univariat dan bivariat dengan *uji paired T-Test*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan diketahui rata-rata (mean) tanda kecukupan ASI sebelum pijat oksitosin 5,50 dan rata-rata (mean) tanda kecukupan ASI sesudah pijat oksitosin 9,05. Berdasarkan hasil uji statistic didapatkan ada pengaruh pijat oksitosin terhadap tanda kecukupan ASI pada bayi di PMB Wirahayu, S.Tr.,Keb Panjang Bandar Lampung Tahun 2020 dengan p-value 0,000.

Kesimpulan: Ada pengaruh pijat oksitosin terhadap tanda kecukupan ASI pada bayi di PMB Wirahayu, S.Tr.,Keb Panjang Bandar Lampung Tahun 2020.

Saran petugas kesehatan agar dapat meningkatkan pelayanan kesehatan tentang cara bagaimana meningkatkan tanda kecukupan ASI, dengan cara memberikan pendidikan kesehatan tentang pentingnya melakukan pijat oksitosin serta menyediakan kelas ibu menyusui dan kelas pijat oksitosin

Kata Kunci : Pijat Oksitosin & Tanda Kecukupan ASI

PENDAHULUAN

Seorang bayi selama dalam kandungan telah mengalami proses tumbuh kembang sedemikian rupa dikarenakan asupan gizi yang baik, sehingga waktu ia lahir berat badannya sudah mencapai berat badan normal. Pertumbuhan dan perkembangan bayi terus berlangsung sampai dewasa. Proses tumbuh kembang ini dipengaruhi oleh makanan yang diberikan kepada anak dan makanan yang paling sesuai untuk bayi adalah Air Susu Ibu (ASI), karena ASI memang diperuntukkan bagi bayi sebagai makanan pokok bayi (Nata Wiji, 2013).

ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal, berkomporsi seimbang, dan secara ilmiah disesuaikan dengan kebutuhan masa pertumbuhan bayi. ASI adalah makanan bayi yang paling sempurna, baik kualitas dan kuantitasnya. Dengan mencukupi kebutuhan tumbuh kembang bayi hingga usia bayi 6 bulan. Setelah usia bayi 6 bulan, bayi harus mendapatkan makanan pendamping ASI (Nata Wiji, 2013).

Secara nasional, cakupan ASI Di Indonesia tahun 2017 cakupan bayi mendapat ASI eksklusif sebesar 61,33%. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2017 yaitu 44%. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Nusa Tenggara Barat (87,35%), sedangkan persentase terendah terdapat pada Papua (15,32%). Ada lima provinsi yang belum mencapai target Renstra tahun 2017 (Kemenkes.RI, 2016).

Sedangkan menurut Data Riskeddas Tahun 2013-2018, cakupan ASI mengalami penurunan yang signifikan, pada tahun 2018 cakupan ASI paling rendah ada Provinsi Maluku Utara hanya mencapai 38%, dan paling tinggi ada Di Provinsi DKI Jakarta hingga 79% dengan rata-rata cakupan ASI mencapai 58,2%, sedangkan pada tahun 2013 rata-rata cakupan ASI mencapai 34,5%, dimana provinsi yang paling rendah cakupan ASI ada di Pabar (22%) dan Kepri (22%), sedangkan cakupan ASI yang paling tinggi ada di Provinsi Nusa Tenggara Barat yaitu mencapai 50% (Riskesdas, 2018).

Pemberian Air Susu (ASI) pada bayi usia 0-1 tahun mempunyai arti sangat penting, terutama menyangkut pemenuhan kebutuhan zat gizi dan zat lain pembentuk kekebalan tubuh terhadap penyakit. Pemberian ASI secara eksklusif di usia 0-6 bulan dipandang sangat strategis, karena pada usia tersebut kondisi bayi masih sangat labil dan rentan terhadap berbagai penyakit. Cakupan bayi mendapatkan ASI Eksklusif di Provinsi Lampung tahun 2015 sebesar 57,70%, dimana angka ini masih di bawah target yang diharapkan yaitu 80%. Pada tahun 2016 cakupan ASI paling rendah ada Di Kabupaten Tulang Bawang hanya mencapai 32,51% dari 6.562 bayi, dan yang paling tinggi ada Di

Kabupaten Mesuji hingga mencapai 85,28% dari 1.940 bayi, sedangkan bandar lampung sendiri mencapai 58,89% dari 5.456 bayi (Profil Dinkes Provinsi Lampung, 2016).

Salah satu hormon yang berperan dalam produksi ASI adalah hormon oksitosin. Saat terjadi stimulasi hormon oksitosin, sel-sel alveoli di kelenjar payudara berkontraksi, dengan adanya kontraksi menyebabkan air susu keluar lalu mengalir dalam saluran kecil payudara sehingga keluarlah tetesan air susu dari puting dan masuk ke mulut bayi, proses keluarnya air susu disebut dengan *refleks let down*. *Refleks let down* sangat dipengaruhi oleh psikologis ibu seperti memikirkan bayi, mencium, melihat bayi dan mendengarkan suara bayi. Sedangkan yang menghambat refleks let down diantaranya perasaan stress seperti gelisah, kurang percaya diri, takut dan cemas (Sulistyawati, 2009).

Pijat merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidak lancarannya 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. Pijatan ini berfungsi untuk meningkatkan *hormon oksitosin* yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun otomatis keluar. Namun terdapat hal-hal yang mempengaruhi oksitosin anatara lain takut bentuk payudara berubah dan takut gemuk, ibu bekerja, ibu merasa atau takut ASI nya tidak cukup, ibu merasa kesakitan, terutama saat menyusui, ibu merasa sedih, cemas, marah, kesal, bingung, malu menyusui dan kurangnya dukungan suami (Roesli, 2012).

Pijat oksitosin salah satu tujuan perawatan payudara bagi ibu menyusui setelah melahirkan yakni agar dapat memberikan ASI secara maksimal pada buah hatinya. Untuk merangsang refleks oksitosin, dapat dilakukan terapi pemijatan oksitosin dengan cara melakukan pemijatan bagian leher dan punggung belakang (sejajar daerah payudara) menggunakan ibu jari dengan tehknik gerakan memutar serah jarum jam kurang lebih selama 3 menit (Sulistyawati, 2009).

Menurut penelitian Endang Sutisna Sulaeman, dkk tentang Pengaruh Oksitosin Massageon Thepostpartum Ibu On ASI Produksi Di Surakarta Indonesia, menyebutkan bahwa Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah rata-rata produksi ASI bahwa pengobatan menerima pijat oksitosin adalah 9.6233mL, dimana yang tidak menerima perlakuan ini 4.4720mL, dengan p value = 0,0005. Dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin efektif untuk meningkatkan produksi ASI dari ibu post partum. Disarankan untuk menerapkan oksitosin pijat pada ibu postpartum untuk meningkatkan

produksi ASI. Penelitian ini menggunakan aquasi-eksperimental design. Sampel diambil dengan metode purposive sampling, dengan sampel 60 ibu postpartum. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan menggunakan t-testwith tingkat signifikan independen $\alpha \leq 0.05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah rata-rata produksi ASI bahwa pengobatan menerima pijat oksitosin adalah 9.6233mL, dimana yang tidak menerima perlakuan ini 4.4720mL, dengan p value = 0,0005. Dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin efektif untuk meningkatkan produksi ASI dari ibu post partum

Berdasarkan Data Profil PMB Wirahayu, S.Tr.,Keb Panjang Bandar Lampung, diwajibkan target cakupan ASI sebesar 75%. cakupan ASI pada bayi usia 0-6 bulan, tahun 2018 mencapai 212 (68%) dan tahun 2019 mencapai 226 (70,5%), maka dapat diketahui bahwa setiap tahun cakupan pemberian ASI Di PMB Wirahayu, ST.r.,Keb mengalami penurunan hingga di bawah target cakupan (Profil PMB Wirahayu, S.Tr.,Keb, 2019).

Berdasarkan data prasurvey Di PMB Wirahayu, S.Tr.,Keb Panjang Bandar Lampung, dengan melakukan wawancara terhadap 10 ibu menyusui, 6 ibu menyusui mengatakan terdapat kendala dalam memberikan ASI, sehingga bayi dari 6 ibu mengalami kekurangan ASI. Setelah dilakukan wawancara lebih dalam kepada 6 ibu tersebut mengatakan tidak mengetahui tentang manfaat dan bagaimana cara melakukan pijat oksitosin, sehingga peneliti ingin memberikan pengetahuan bagaimana cara melakukan pijat oksitosin agar bayi mendapatkan ASI yang cukup.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *kuantitatif*. Dengan rancangan *quasi eksperiment* dengan pendekatan *one group pre test and post test design*. Tempat penelitian ini dilaksanakan di PMB Wirahayu, S.Tr.,Keb Panjang Bandar Lampung. Waktu penelitian telah dilaksanakan pada bulan april–mei 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang mempunyai bayi usia 3-6 bulan di PMB Wirahayu, S.Tr.,Keb Panjang Bandar Lampung tahun 2020 yang berjumlah 20 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel dalam penelitian ini adalah pijat oksitosin sebagai variabel independen dan tanda kecukupan ASI sebagai variabel dependen. Analisa data yang digunakan dengan menggunakan *uji paried T-Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa karakteristik pada usia responden sebagian besar responden berusia Produktif (20-35 Tahun) yang berjumlah 19 responden (95,0%), karakteristik pendidikan responden sebagian besar responden mempunyai pendidikan Tinggi (SMA-Perguruan Tinggi) yang berjumlah 13 responden (65,0%), karakteristik pekerjaan responden sebagian besar responden mempunyai pekerjaan sebagai IRT yang berjumlah 8 responden (40,0%), karakteristik paritas responden rata-rata responden mempunyai anak pertama dan lebih dari 1 yang berjumlah masing-masing 10 responden (50,0%), karakteristik jenis kelamin anak rata-rata responden mempunyai anak berjenis kelamin perempuan yang berjumlah 12 anak (60,0%).

Tabel 1.
Distribusi Karakteristik Responden Di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Panjang Bandar Lampung Tahun 2020

Usia Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Produktif (20 – 35 Tahun)	19	95,0
Tidak Produktif (>35 Tahun)	1	5,0
Jumlah	20	100,0
Pendidikan		
Rendah (SD – SMP)	7	35,0
Tinggi (SMA – Perguruan Tinggi)	13	65,0
Jumlah	20	100,0
Pekerjaan		
Buruh	3	15,0
IRT	8	40,0
Swasta	3	15,0
Wiraswasta	6	30,0
Jumlah	20	100,0
Paritas		

Primigravida (Anak Pertama)	10	50,0
Multigravida (Anak ≥ 2)	10	50,0
Jumlah	20	100,0
Jenis Kelamin Anak		
Laki-laki	8	40,0
Perempuan	12	60,0
Jumlah	20	100,0

Analisa Univariat

Tabel 2.
Tanda Kecukupan ASI Sebelum Pijat Oksitosin Di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb panjang Bandar Lampung Tahun 2020

Tanda Kecukupan ASI	N	Nilai Min	Nilai Max	Rata-Rata	Standar Deviasi
Sebelum pijat oksitosin	20	4	8	5,50	1,051

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa rata-rata (mean) tanda kecukupan ASI sebelum diberikan

pijat oksitosin 5,50 dengan nilai minimum 4 dan maksimum 8 serta nilai standar deviasi 1,051.

Tabel 3.
Tanda Kecukupan ASI Sesudah Pijat Oksitosin Di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb panjang Bandar Lampung Tahun 2020

Tanda Kecukupan ASI	N	Nilai Min	Nilai Max	Rata-Rata	Standar Deviasi
Sesudah Pijat Oksitosin	20	8	10	9,05	0,826

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa rata-rata (mean) tanda kecukupan ASI sesudah diberikan

pijat oksitosin 9,05 dengan nilai minimum 8 dan maksimum 10 serta nilai standar deviasi 0,826.

Analisa Bivariat

Tabel 4.
Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Tanda Kecukupan Asi Pada Bayi Di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Panjang Bandar Lampung Tahun 2020

Variabel	N	Mean	Selisih	SD	SE	P-Value
Sebelum Pijat Oksitosin		5,50		1,051	0,235	
Sesudah Pijat Oksitosin	20	9,05	3,55	0,826	0,185	0,000

Berdasarkan tabel 4, diketahui bahwa Di PMB Wirahayu, S.Tr.,Keb Panjang Bandar Lampung, rata-rata tanda kecukupan ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin 5,50 dengan standar error 0,235 dan sesudah diberikan pijat oksitosin rata-rata tanda kecukupan ASI menjadi 9,05 dengan standar error 0,185, dengan nilai selisih antara rata-rata hasil sebelum dan sesudah yaitu 3,55. Berdasarkan uji statistik, didapatkan p-value 0,000 atau p-value < 0,05 yang artinya terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap tanda kecukupan ASI pada bayi di PMB Wirahayu, S.Tr.,Keb Panjang Bandar Lampung Tahun 2020.

PEMBAHASAN

Univariat

Tanda Kecukupan ASI Sebelum Pijat Oksitosin

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa rata-rata (mean) tanda kecukupan ASI sebelum diberikan pijat oksitosin 5,50 dengan nilai minimum 4 dan maksimum 8 serta nilai standar deviasi 1,051. Banyak manfaat yang didapat dari pemberian ASI pada bayi, baik bagi bayi itu sendiri atau bagi ibu menyusui. Pada ASI mengandung antibodi dalam jumlah besar yang berasal dari tubuh seorang ibu. Antibodi tersebut membantu bayi menjadi tahan terhadap penyakit, selain itu juga meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi. Telah terbukti bahwa bayi yang diberi ASI lebih kuat dan terhindar dari beragam penyakit seperti asma, pneumonia, diare,

infeksi telinga, alergi, "SIDs", kanker anak, multiple scleroses, penyakit Crohn, diabetes, radang usus buntu, dan obesitas. Disamping itu, hormon yang terdapat di dalam ASI menciptakan rasa kantuk dan rasa nyaman. Hal ini dapat membantu menenangkan kolik atau bayi yang sedang tumbuh gigi dan membantu membuat bayi tertidur setelah makan, dan masih banyak lagi manfaat yang lainnya.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas, yang menyebutkan bahwa ASI sangat penting diberikan kepada bayi baru lahir, dengan kecukupan ASI, maka bayi mendapatkan nutrisi yang maksimal sehingga dapat tumbuh dan berkembang dengan baik, namun didalam hasil penelitian, peneliti mendapatkan hasil bahwa rata-rata tanda kecukupan ASI pada bayi masih kurang, maka menurut peneliti hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Al-Aini (2012) tentang pengaruh pijat ASI oksitosin dengan produksi ASI di RS. Ibu dan anak Restu Bunda Kota Semarang yang menyebutkan bahwa mean rata-rata produksi ASI sebelum pijat ASI oksitosin sebesar (15,90), dan mean rata-rata produksi ASI sesudah pijat ASI oksitosin sebesar (17,80). Hasil uji menunjukan terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan pijat ASI oksitosin dengan p-value 0,002.

Tanda Kecukupan ASI Sesudah Pijat Oksitosin

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa rata-rata (mean) tanda kecukupan ASI sesudah diberikan pijat oksitosin 9,05 dengan nilai minimum 8 dan maksimum 10 serta nilai standar deviasi 0,826. Volume Kelancaran ASI pada minggu-minggu pertama bayi lahir biasanya banyak, tetapi setelah itu sekitar 450-650 ml. Seorang bayi memerlukan sebanyak 600 ml susu perhari. Jumlah tersebut dapat dicapai dengan menyusui bayinya selama 4-6 bulan pertama. Karena itu selama kurun waktu tersebut ASI mampu memenuhi kebutuhan gizinya dan memenuhi kebutuhan kecukupan ASI. Setelah 6 bulan volume Kelancaran susu menjadi menurun, sejak saat itu kebutuhan gizi tidak dapat lagi dipenuhi oleh ASI saja dan harus mendapat makanan tambahan. Dalam keadaan ASI telah normal, volume susu yang terbanyak yang dapat diperoleh adalah lima menit pertama. Penyedotan atau pengisapan oleh bayi biasanya berlangsung sampai 15-25 menit (Proverawati, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas, maka menurut peneliti sebagian besar responden sebelum pijat oksitosin tanda kecukupan ASI pada bayi sangat kurang, namun sesudah dilakukan pijat oksitosin maka Tanda Kecukupan ASI bertambah, hal ini dikarenakan

Pijatan atau rangsangan pada tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang *medulla oblongata* langsung mengirim pesan ke *hypothalamus* di *hypofise posterior* untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Pijatan di daerah tulang belakang ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan begitu *hormon oksitosin* keluar dan akan membantu Kelancaran air susu ibu, dibantu dengan isapan bayi pada puting susu pada saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Lailatif Nadiyah Safitri, dkk tentang Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Tanda Kecukupan ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngoresan Tahun 2018, menyebutkan bahwa Terdapat perbedaan bermakna antara tanda kecukupan ASI pada kelompok yang dilakukan pijat oksitosin (perlakuan) dan tidak dilakukan pijat oksitosin (kontrol) dengan nilai $p=0.008$. Kelompok perlakuan memiliki peluang 9.750 kali lebih besar menunjukkan tanda kecukupan ASI dibandingkan kelompok control.

Bivariat

Pengaruh Pijat ASI Oksitosin Terhadap Tanda Kecukupan ASI Pada Bayi

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa Di PMB Wirahayu, S.Tr.,Keb Panjang Bandar Lampung, rata-rata tanda kecukupan ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin 5,50 dengan standar error 0,235 dan sesudah diberikan pijat oksitosin rata-rata tanda kecukupan ASI menjadi 9,05 dengan standar error 0,185, dengan nilai selisih antara rata-rata hasil sebelum dan sesudah yaitu 3,55.

Berdasarkan uji statistik, didapatkan p-value 0,000 atau p-value < 0,05 yang artinya terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap tanda kecukupan ASI pada bayi di PMB Wirahayu, S.Tr.,Keb Panjang Bandar Lampung Tahun 2020.

Pijat oksitosin adalah pemijatan pada daerah tulang belakang leher, punggung atau sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima sampai keenam. Pijat oksitosin adalah tindakan yang dilakukan oleh suami pada ibu menyusui yang berupa back massage pada punggung ibu untuk meningkatkan Kelancaran hormon oksitosin (Rahayu, 2016).

Salah satu tujuan perawatan payudara bagi ibu menyusui setelah melahirkan yakni agar dapat memberikan ASI secara maksimal pada buah hatinya. Salah satu hormon yang berperan dalam produksi ASI adalah hormon oksitosin. Saat terjadi stimulasi hormon oksitosin, sel-sel alveoli di kelenjar payudara berkontraksi, dengan adanya kontraksi

menyebabkan air susu keluar lalu mengalir dalam saluran kecil payudara sehingga keluarlah tetesan air susu dari puting dan masuk ke mulut bayi, proses keluarnya air susu disebut dengan refleksi let down (Rahayu, 2016).

Refleksi let down sangat dipengaruhi oleh psikologis ibu seperti memikirkan bayi, mencium, melihat bayi dan mendengarkan suara bayi. Sedangkan yang menghambat refleksi let down diantaranya perasaan stress seperti gelisah, kurang percaya diri, takut dan cemas. Penelitian menunjukkan bahwa saat seseorang merasa depresi, bingung, cemas dan merasa nyeri terus-menerus akan mengalami penurunan hormon oksitosin dalam tubuh. Saat merasa stres, refleksi let down kurang maksimal akibatnya air susu mengumpul di payudara saja tidak bisa keluar sehingga payudara tampak membesar dan terasa sakit (Rahayu, 2016).

Menurut penelitian Imrotul Azizah Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum Di BPM Pipin Heriyanti Yogyakarta Tahun 2016, menyebutkan bahwa Hasil penelitian ini menunjukkan ada- nya pengaruh pijat oksitosin terhadap volume ASI. Hal ini sesuai dengan teori tentang pijat oksitosin yang merupakan pemijatan tulang belakang pada nervus interkostalis ke 5-6 sampai ke scapula yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis untuk merangsang hipofise posterior mengeluarkan oksitosin.

Menurut peneliti, Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap tanda kecukupan ASI pada bayi dengan nilai selisih antara sebelum dan sesudah pijat oksitosin yaitu rata-rata 3,55, Hal tersebut dikarenakan pertama 95% responden berada dalam usia produktif (20-35 tahun) yang artinya responden lebih aktif dalam mencari informasi kesehatan terutama tentang kebutuhan ASI pada bayi. Kedua 50% responden dalam paritas multigravida yang artinya responden sudah melahirkan atau mempunyai anak sebelumnya sehingga responden lebih paham melakukan peran dan tugasnya sebagai ibu dalam memberikan ASI pada bayi dan memahami kebutuhan bayi tentang ASI. Ketiga 65% responden berpendidikan tinggi (SMA-Perguruan Tinggi) sehingga responden lebih paham akan informasi kesehatan tentang pentingnya pemberian ASI pada bayi. Keempat 60% anak dengan jenis kelamin perempuan, dimana berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Langitudinal Study Of Adolescent Health Nasional) ibu yang mempunyai anak berjenis kelamin perempuan tubuh ibu memproduksi ASI yang mengandung lebih banyak kalsium dan kuantitasnya lebih banyak

dibandingkan dengan ibu yang mempunyai anak berjenis kelamin laki laki. Ibu yang mempunyai anak berjenis kelamin laki laki tubuh ibu hanya memproduksi banyak lemak dan energy kotor saat menyusui bayi laki-laki.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas, maka dapat disimpulkan nilai rata-rata (mean) tanda kecukupan ASI sebelum diberikan pijat oksitosin 5,50 dengan nilai minimum 4 dan maksimum 8 serta nilai standar deviasi 1,051. Nilai rata-rata (mean) tanda kecukupan ASI sesudah diberikan pijat oksitosin 9,05 dengan nilai minimum 8 dan maksimum 10 serta nilai standar deviasi 0,826. Ada pengaruh pijat oksitosin terhadap tanda kecukupan ASI pada bayi di PMB Wirahayu, S.Tr.,Keb Panjang Bandar Lampung Tahun 2020.

SARAN

Kepada responden ibu menyusui diharapkan agar dapat mencari informasi kesehatan tentang pentingnya pijat oksitosin melalui media cetak(buku,majalah,Koran atau tabloid) dan media massa (tv,internet) sehingga ibu akan mempunyai keterampilan dalam melakukan pijat oksitosin agar bayi mendapatkan cukup ASI dan tidak menemui kendala saat memberikan ASI. Bagi tempat peneliti diharapkan kepada petugas kesehatan agar dapat meningkatkan pelayanan kesehatan tentang cara bagaimana meningkatkan tanda kecukupan ASI, dengan cara memberikan pendidikan kesehatan tentang pentingnya melakukan pijat oksitosin serta menyediakan kelas ibu menyusui dan kelas pijat oksitosin dengan tujuan agar responden yang mempunyai masalah tentang pemberian ASI dapat melakukan konsultasi secara langsung kepada tenaga medis serta mendapatkan tindakan pijat oksitosin kepada responden yang mempunyai masalah dalam pemberian ASI. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan peningkatan produksi ASI, Dan Menjadikan pijat oksitosin sebagai acuan dalam meningkatkan tanda kecukupan ASI pada bayi sehingga masalah yang akan ditemui dapat diselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprina. 2015. *Riset Keperawatan*. Lampung. Pendidikan Diklat Lampung.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. 2016. *Profil Kesehatan Lampung*: Bandar Lampung.
- Endang Sutisna Sulaeman, *dkk tentang Pengaruh Oksitosin Massageon Thepostpartum Ibu On ASI Produksi Di Surakarta Indonesia*.

- Imroatul Azizah tentang *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum DiBPM Pipin Heriyanti Yogyakarta Tahun 2016. Jurnal Penelitian. Akses 12 Juli 2017. Tidak Dipublikasikan.*
- Kristiyanasari, 2011. *ASI, Menyusui Dan SADARI.* Yogyakarta, Nuha Medika.
- Kemendes RI. 2016. *Riset Kesehatan Dasar.* Jakarta : Badan Penelitian Dan Pengembangan KesehatanKementerian Kesehatan RI.
- Kemendes RI. 2014. *Pedoman pelaksanaan stimulus,deteksi dan intervensi dini tumbuh kembang anak ditingkat pelayanan kesehatan dasar.* Jakarta. Kementrian Kesehatan RI.
- Lailatif Nadiah Safitri, dkk *tentang Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Tanda Kecukupan ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngoresan Tahun 2018.*
- Monika, F.B. (2014). *Buku Pintar ASI Dan Menyusui.* Jakarta: Publishing.
- Natia Wiji, 2013. *ASI dan Panduan Ibu Menyusui.* Yogyakarta. Nuha Medika
- Notoatmodjo, S. 2012.*Metodologi Penelitian Kesehatan.*Jakarta: Penerbit PT.Rineka Cipta.
- Nugroho, HSW. 2008. *Petunjuk Praktis Denver Developmental Screening Test.* Jakarta: EGC.
- Profil PMB Wirahayu, ST.r.,Keb. *Profil Kesehatan.* Panjang. Bandar Lampung.
- Proverawati, 2010. *Kapita Selekta ASI & Menyusui.* Yogyakarta. Medical Book.
- Roesli, Utami, 2012. *Mengenal ASI Eksklusif.* Jakarta : Rineka Cipta.
- Rahayu, Puji. (2016). *Panduan Praktikum Keperawatan Maternitas.*Yogyakarta. Deepublisher.
- Sulistyaningsih, 2016. *Metodologi Penelitian Kebidanan: Kuantitatif-Kualitatif.* Yogyakarta. Graha Ilmu
- Setiadi, 2007. *Konsep & Penulisan Riset Keperawatan.* Yogyakarta. Graha Ilmu.
- Susilowati, 2015. *Gizi Dalam Daur Kehidupan.* Bandung. Refika Aditama.
- Sulistyawati, A. 2009. *Buku ajar asuhan kebidanan pada ibu nifas.* Penerbit Andi: Yogyakarta.
- Walyani, 2015. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui.* Yogyakarta. Pustaka Baru Pres.