

Available online: <http://openjournal.wdh.ac.id/index.php/edudharma>

Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

ISSN (Print) 2597-890 X , ISSN (Online) 2686-6366



EFEKTIVITAS PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PRODUKSI AIR SUSU IBU PADA IBU POSTPARTUM


Muayah^{1*}, Woro Nurul Seftianingtyas², Lina Herlina³, Dewi Nawang Sari⁴

¹STIKes Widya Dharma Husada, Pamulang, Tangerang Selatan dan Kode Pos 15417, Indonesia

²STIKes Bhakti Pertiwi Indonesia, Jagakarsa, Jakarta Selatan dan Kode Pos 12620, Indonesia

^{3,4}Universitas Respati Indonesia, Cipayung, Jakarta Timur dan Kode Pos 13890, Indonesia

<p>ARTICLE INFORMATION</p>	<p>A B S T R A C T</p>
<p>*Corresponding Author: Muayah E-mail: yayahwdh@gmail.com,</p>	<p><i>Breast milk is the best food for babies because it contains many nutrients. In Indonesian, there are 38% of mothers who stop breastfeeding due to lack of milk production. One method of increasing breast milk production is by oxytocin massage. The purpose of the study: was to determine the effect of before and after oxytocin massage on the production of breast milk on postpartum at Midwife Independent Practice "E" Tangerang for the period June – August, 2022. Methods: This research is a quasi-experimental study with the One Group pretest and post test design, namely giving intervention only to one group without a control group and taking measurements before and after giving treatment. The intervention given was oxytocin massage. There are 35 postpartum samples with sampling technique that is purposive sampling. The oxytocin massage was carried out for seven days and the measurement of milk production was carried out on the 1st and 7th days. Results: Breast milk production before oxytocin massage was found to all have less milk production as many as 35 people (100%) and after oxytocin massage it was found that most of them had sufficient milk production as many as 25 people (71.4%). The results of the Wilcoxon test showed the effect of before and after oxytocin massage on the production of breast milk on postpartum (p value = 0.000 < 0.05). Conclusion: was an increase in breast milk production after oxytocin massage was given. Suggestions: it is hoped that healthworkers can use oxytocin massage as a non-pharmacological alternative in an effort to increase breast milk production and educate mothers in the prenatal and postpartum periods regarding breastfeeding.</i></p>
<p>Keywords: Oxytocin massage_1 Breastfeed_2 Breast milk_3 Postpartum_4</p>	<p>A B S T R A K</p> <p>ASI merupakan makanan terbaik untuk bayi karena mengandung banyak nutrisi. Di Indonesia, ada 38% ibu yang berhenti menyusui karena kurangnya produksi ASI. Salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan pijat oksitosin.</p>
<p>Kata Kunci: Pijat oksitosin_1 Menyusui_2 ASI_3 Postpartum_4</p>	

	<p>Tujuan penelitian: untuk mengetahui pengaruh sebelum dan sesudah pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Praktek Mandiri Bidan “E” Tangerang periode Juni – Agustus 2022. Metode: Penelitian ini merupakan penelitian <i>quasi eksperimen</i> dengan rancangan <i>One Group pretest dan Post test</i> yaitu pemberian intervensi hanya pada satu kelompok saja tanpa adanya kelompok kontrol serta melakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Intervensi yang diberikan yaitu pijat oksitosin. Sampel ibu nifas berjumlah 35 orang dengan teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling. Pijat oksitosin dilakukan selama tujuh hari dan pengukuran produksi ASI dilakukan pada hari ke-1 dan ke-7. Hasil: Produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin didapatkan semua memiliki produksi ASI yang kurang sebanyak 35 orang (100%) dan setelah dilakukan pijat oksitosin didapatkan sebagian besar memiliki produksi ASI yang cukup sebanyak 25 orang (71,4%). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan adanya pengaruh sebelum dan sesudah pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas (p value = 0,000 < 0,05). Kesimpulan: ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin. Saran: diharapkan tenaga kesehatan dapat menggunakan pijat oksitosin sebagai salah satu alternatif non farmakologis dalam upaya meningkatkan produksi ASI dan mengedukasi ibu pada masa prenatal dan nifas tentang pemberian ASI.</p>
	<p>This is an open access article under the CC-BY-NC-SA license.</p> 
	<p>Muayah dkk© 2023 Some rights reserved</p>

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) eksklusif menurut *World Health Organization* WHO adalah memberikan hanya ASI saja tanpa memberikan makanan dan minuman lain kepada bayi sejak lahir sampai berumur 6 bulan, kecuali obat dan vitamin. Hal ini tidak terlepas dari kandungan ASI yang dapat memberikan seluruh gizi yang dibutuhkan anak secara aman. Selain untuk bayi, ASI juga membawa dampak positif bagi kesehatan ibu.

Lama optimal pemberian ASI eksklusif adalah minimal 6 bulan. (UNICEF)

Data *United Nations Children’s Fund* (UNICEF) menjelaskan bahwa hanya 32,6% dari mereka yang disusui secara eksklusif selama 6 bulan pertama dari tahun 2007-2014. Di Asia Tenggara capaian ASI eksklusif menunjukkan angka tidak banyak berbeda. Sebagai perbandingan, cakupan ASI eksklusif di India mencapai 46%, di Philipina 34%, di Vietnam 27% dan Myanmar 24%. Anak –

anak yang mendapatkan ASI eksklusif empat belas kali lebih mungkin untuk bertahan hidup dalam enam bulan pertama kehidupan dibandingkan anak yang tidak disusui. Mulai menyusui pada hari pertama setelah lahir dapat mengurangi resiko kematian bayi baru lahir hingga 45%. (UNICEF)

Survei di Indonesia melaporkan bahwa 38% ibu berhenti memberikan ASI karena kurangnya produksi ASI. ASI yang tidak lancar menjadikan ibu merasa cemas dan menghindar untuk menyusui dan berdampak pada kurangnya isapan bayi, hal tersebut mempengaruhi penurunan produksi dan kinerja hormon oksitosin dan prolaktin sehingga produksi ASI semakin menurun, sehingga ibu mengambil langkah berhenti menyusui dan mengganti dengan susu formula. Menyusui dapat berperan dalam menurunkan angka kematian anak. (Indonesia Health Ministry, 2017)

Kelancaran produksi ASI dipengaruhi oleh banyak faktor seperti, frekuensi pemberian ASI, Berat Bayi saat lahir, usia kehamilan saat bayi lahir, usia ibu dan paritas, stres dan penyakit akut, Inisiasi Menyusui Dini, keberadaan perokok, konsumsi alkohol, perawatan payudara, penggunaan alat kontrasepsi dan status gizi. Ketersediaan ASI yang

lancar pada ibu menyusui akan membantu kesuksesan pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan, sehingga membantu bayi tumbuh dan berkembang dengan baik sesuai rekomendasi dari WHO. (Lestari, et al 2021)

Gagalnya pelaksanaan ASI eksklusif sering kali pada periode awal setelah persalinan karena ASI belum keluar, yang menjadi alasan ibu untuk memberikan susu formula. Pemberian makanan/minuman pralakteal adalah pemberian makanan atau minuman kepada bayi baru lahir sebelum ASI keluar (dengan kata lain mendahului pemberian ASI), biasanya telah dilakukan dalam 3 hari pertama. (Dewi, et al 2018)

Berbagai cara dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI, pada masa nifas ibu karena penurunan hormon oksitosin termasuk terapi nonfarmakologis seperti penggunaan jamu, akupunktur, *imagery*, pijat dan penggunaan daun kol. Pijat terapi dapat dilakukan secara sederhana sesuai kebutuhan ibu nifas yaitu pijat oksitosin, pijat punggung, pijat relaksasi oketani, pijat endorpin dan pijat laktasi karena memiliki manfaat untuk menambah produksi ASI. (Fitriani, et al 2019)

Metode yang diperkenalkan untuk

mencegah dan mengatasi permasalahan ini diantaranya adalah pijat oksitosin. Pijat oksitosin adalah salah satu solusi untuk mengatasi ketidاكلancaran produksi ASI, yaitu dengan pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* ke lima – ke enam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. (Delima, et al 2016)

Penelitian Triansyah et al 2021, diketahui bahwa produksi ASI pada saat sebelum dilakukan pijat oksitosin mayoritas memiliki volume produksi ASI kurang yaitu sebanyak 18 partisipan dan minoritas memiliki volume produksi ASI baik yaitu sebanyak 12 partisipan. Sedangkan volume produksi ASI ibu menyusui sesudah dilakukan pijat oksitosin, produksi ASI pada 18 responden yang sebelumnya produksi ASI kurang menjadi cukup pada 7 responden, sedangkan sisanya 11 responden masih memproduksi ASI lebih sedikit. Hasil uji statistik menunjukkan nilai P sebesar 0,016 yang berarti P lebih kecil dari 0,05. Pijat oksitosin dan perawatan payudara berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI ditinjau dari frekuensi dan lama menyusui serta berat badan bayi di Puskesmas Lawanga Kabupaten Poso.

Penelitian Hesti et al 2017, diketahui bahwa ada peningkatan yang signifikan sekresi ASI pada ibu postpartum setelah diberikan kombinasi pijat oksitosin dan perawatan payudara pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan pendidikan dan konseling tentang perawatan payudara pada kelompok kontrol.

Salah satu upaya yang dilakukan oleh ibu untuk menunjang keberhasilan menyusui disebut manajemen laktasi, yang dimulai pada masa kehamilan, setelah persalinan, dan masa menyusui bayi. Faktor yang mempengaruhi produksi ASI pada ibu menyusui diantaranya asupan nutrisi yang mendukung produksi ASI, pijat oksitosin, dan faktor psikologis yang baik bagi ibu menyusui.

METODE

Penelitian ini menggunakan eksperimen semu (*quasi eksperimen*) dengan rancangan *One Group pretest dan Post test* yaitu pemberian intervensi hanya pada satu kelompok saja tanpa adanya kelompok kontrol serta melakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Intervensi yang diberikan yaitu pijat oksitosin. Penelitian dimulai dengan mengukur produksi ASI sebelum intervensi kemudian diberikan

perlakuan yaitu pijat oksitosin selama 7 hari dan pada hari ke -7 diukur kembali produksi ASI. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 120 orang, sampel yang diambil berjumlah 35 orang, teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling dengan kriteria inklusi yaitu Ibu *postpartum* dengan persalinan normal, Ibu 6 jam *postpartum* – 7 hari *postpartum*, Ibu *postpartum* yang bersedia diberikan intervensi pijat oksitosin, Ibu dengan bayi lahir cukup bulan dan berat badan > 2500gr, Ibu tidak mengkonsumsi obat pelancar ASI, Ibu yang bersedia bayinya tidak diberikan susu formula saat dilakukan intervensi. Kriteria eksklusi penelitian ini yaitu Ibu *postpartum* dengan kondisi kesehatan yang tidak memungkinkan untuk menyusui bayinya Ibu *postpartum* yang bayinya meninggal dunia, Ibu *postpartum* yang bayinya mengalami masalah kesehatan sehingga tidak dapat untuk disusui. Kriteria drop out penelitian ini yaitu Ibu *postpartum* yang tidak menyelesaikan keseluruhan tahapan dalam penelitian.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Produksi ASI Sebelum Pijat Oksitosin pada Ibu *Postpartum*

Produksi ASI	f	%
Kurang (<250 ml)	35	100
Cukup (250 – 400 ml)	0	0
Lebih (> 400ml)	0	0
Total	35	100

Berdasarkan tabel 1 ditunjukkan bahwa hasil produksi air ASI sebelum pijat oksitosin adalah sebanyak 35 responden (100 %) produksi ASI < 250 ml.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Produksi Air susu ibu Setelah Pijat Oksitosin pada *Postpartum*

Produksi ASI	f	%
Kurang (<250 ml)	10	28,6
Cukup (250 – 400 ml)	25	71,4
Lebih (> 400ml)	0	0
Total	35	100

Berdasarkan tabel 2 ditunjukkan bahwa hasil produksi air ASI sebelum pijat oksitosin adalah 25 responden (71,4 %) produksi ASI 250 ml-400 ml.

Tabel 3. Rata - Rata Produksi Air susu ibu pada *Postpartum* Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pijat Oksitosin

Produksi ASI	Mean	N	Standar Deviasi	Min - Max
Sebelum	45,29	35	19,439	20 -85
Sesudah	246,57	35	60,583	120 -340

Tabel 4. Hasil Uji Wilcoxon Pengaruh Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Oksitosin terhadap Produksi Air susu ibu pada *Postpartum*

Pijat Oksitosin	Median (Min – Mak)	Nilai p
Sebelum	40 (20 – 85)	0,000
Sesudah	260 (120 – 340)	

Hasil uji wilcoxon pada tabel 4 menunjukkan nilai p = 0.000 artinya nilai P < 0.05. maka dapat disimpulkan H₀ ditolak dan H_a diterima atau terdapat pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin terhadap produksi Air susu ibu pada *postpartum* di PMB E.

PEMBAHASAN

Rata-rata (*mean*) produksi Air Susu Ibu sebelum dilakukan intervensi yaitu pijat oksitosin sebesar 45,29 ml dan setelah diberikan pijat oksitosin didapatkan rata – rata produksi Air Susu Ibu sebesar 246,57 ml. Hasil ini menunjukkan terdapat peningkatan produksi Air Susu Ibu sebesar 201,28 ml. Standar deviasi (SD) adalah sebaran nilai sampel dalam analisis statistik. Semakin besar nilai SD maka akan semakin baik dari data sebelumnya. Standar Deviasi sebelum diberikan intervensi 19,439 dan meningkat menjadi 60,583 sesudah diberikan intervensi, artinya terdapat peningkatan jumlah produksi air susu ibu *postpartum* setelah diberikan pijat oksitosin.

Pijat oksitosin menghasilkan air susu ibu yang lebih meningkat. Hormon oksitosin sangat berperan dalam proses pengeluaran air susu ibu melalui rangsangan ke puting susu melalui isapan mulut bayi atau melalui pijatan. (Lestari, et al 2021)

Berdasarkan hasil penelitian triansyah, et al (2021) disimpulkan bahwa pijat oksitosin dan perawatan payudara berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI ditinjau dari frekuensi dan lama menyusui serta berat badan bayi. Selain itu hasil penelitian Delima dkk (2016) disimpulkan bahwa ada efek

pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi susu ibu menyusui di Puskesmas Plus Mandiangin Bukit Tinggi tahun 2016. Berdasarkan penelitian Apreliasari (2020) menyatakan bahwa terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi asi, namun tidak semua ibu menyusui mengeluarkan ASI dengan lancar karna berbagai macam faktor diantaranya umur, gizi, emosional, psikis, fisiologis ibu dan lain-lain, sehingga perlu dilakukan perawatan payudara, dukungan keluarga, gizi seimbang, dan pijat oksitosin dengan rutin.

Berdasarkan teori dan penelitian tersebut, peneliti berpendapat bahwa dengan melakukan pijat oksitosin akan memberikan rileks, tenang, dan nyaman sehingga akan meningkatkan hormon oksitosin sehingga akan meningkatkan pengeluaran ASI. Pijat oksitosin dapat mengurangi bengkak (*engorgement*) dan mengurangi sumbatan ASI.

KESIMPULAN

Terdapat pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin terhadap produksi Air susu ibu pada *postpartum* dengan nilai $p= 0.000 < 0.05$.

DAFTAR PUSTAKA

Apreliasari, H., Risnawati. (2020). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap

- Peningkatan Produksi ASI. Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga. 5 (1).
- Dahlan., Sopiudin. (2014). Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan Edisi 6. Jakarta: Salemba Medika
- 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 (i4)
- Dewi., Aprilianti. (2018). Pijat pada Ibu Postpartum dengan Onset Laktasi. Jurnal Kesehatan, 9 (3).
- Fitriani, H.H., Nadira, S. (2019). The role of endorphin stimulation, oxytocin and suggestive technique (SPEOS) in improving breast milk production among breastfeeding mother at primary health center in Cimahi Tengah, West Java, Indonesia. KnE Life Sci: 898-905.
- Hartono. (2016). Massase Endorphine Terhadap Volume Air susu ibu pada Post Partum. Jurnal Kebidanan: 209-215.
- Hesti, K.Y., Pramono, N., Wahyuni, S., et al. (2017). Effect of combination of breastcare an oxytocin massage on breast milk secretion in postpartum mothers. Belitung Nurs J. 3:784-90.
- Indonesian Health Ministry. (2017). Indonesian health profile. Jakarta: Indonesian Health Ministry.
- Katmini., Sholichah. (2020). Lactation Massage for Increasing Breast Milk Production in Postpartum Mothers. Journal for Quality in Public Health. 4 (1): 104-113
- Lestari., Prasetya., Fatimah., dkk. (2021) Pijat Oksitosin Laktasi Lancar, Bayi Tumbuh Sehat. Penerbit Elmatera, Yogyakarta
- Sugiyono. (2011). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta World Health Organization (WHO). Jakarta
- The United Nations International Children's Fund (Unicef). Word breastfeeding week massage. World Health Organization (WHO)
- Triansyah, A., Stang., Indar., et al. (2021). The effect of oxytocin massage and breast care on the increased production of breast milk of breastfeeding mothers in the working area of the public health center of Lawanga of Poso District. Gac Sanit. 35(S2):S168-S170.