

PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KELANCARAN ASI PADA IBU POSTPARTUM

Zurhayati*

Akademi Kebidanan Sempena Negeri Pekanbaru

*Email korespondensi: zurhayati2112@gmail.com

ABSTRACT

The World Health Organization has reviewed more than 3,000 studies showing that providing exclusive breastfeeding for 6 months is the most optimal time period for providing exclusive breastfeeding. This is based on scientific evidence that exclusive breastfeeding covers the nutritional needs of babies and improves baby growth. Breast milk is the most important food for babies so it is very important for the baby's health, but not all babies get breast milk from their mothers. The purpose of this study was to determine the effect of oxytocin massage on the smoothness of breast milk in breastfeeding mothers at PMB Hj Murtinawita SST Pekanbaru. The type of research used is quantitative with correlation analysis. Cross-sectional research design. The population in this study was 24 people and the number of samples was 22 people, the sampling technique was consecutive sampling. Data processing techniques using univariate analysis and bivariate analysis. Based on the bivariate analysis of 22 breastfeeding mothers, the results of the chi-square test were obtained, $p\text{-value} = 0.000$ with a degree of error of 0.05, so H_0 was rejected and H_a was accepted. Conclusion: There is a significant effect between oxytocin massage on the smoothness of breast milk in breastfeeding mothers at PMB Murtinawita SST Pekanbaru.

Keywords: *Oxytocin Massage, Smooth Breast Milk, Postpartum Mothers*

ABSTRAK

World Health Organization telah mengkaji atas lebih dari 3.000 penelitian menunjukkan pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan adalah jangka waktu yang paling optimal untuk pemberian ASI Eksklusif. Hal ini didasarkan pada bukti ilmiah bahwa ASI Eksklusif mencakupi kebutuhan gizi bayi dan pertumbuhan bayi lebih baik. ASI merupakan makanan yang paling utama bagi bayi sehingga sangat penting untuk kesehatan bayi, namun tidak semua bayi mendapatkan ASI dari ibunya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui di PMB Hj Murtinawita SST pekanbaru. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan analisis korelasi. Desain penelitian secara crosssectional. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 24 orang dan Jumlah sampel sebanyak 22 orang, teknik pengambilan sampel dengan consecutive sampling. Teknik pengolahan data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat. Berdasarkan analisis bivariate dari 22 orang ibu menyusui, didapat hasil uji χ^2 , $p\text{-value}=0,000$ dengan derajat kesalahan 0.05, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Simpulan: ada pengaruh yang bermakna antara pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui di PMB Murtinawita SST Pekanbaru.

Kata Kunci: Pijat Oksitosin, Kelancaran ASI, Ibu Postpartum.

PENDAHULUAN

Perempuan merupakan salah satu makhluk yang mendapat anugrah dari Tuhan Yang Maha Esa, untuk dapat mengandung, melahirkan dan menyusui. Kodrat yang dimiliki pada perempuan ini ditandai oleh perangkat reproduksi yang dimilikinya, yakni Rahim dan semua bagiannya, untuk tempat tumbuh kembang janin selama didalam kandungannya, dan payudara untuk dapat menyusui anak ketika ia sudah lahirkan. Artinya semua perempuan berpotensi untuk menyusui anaknya, sama dengan berpotensi untuk mengandung dan melahirkan (Naziroh 2020).

Selama kehamilan, hormon estrogen dan progesteron menginduksi perkembangan alveolus dan duktus laktiferus didalam payudara. Sesudah bayi lahir, disusul kemudian terjadinya peristiwa penurunan kadar hormon estrogen. Penurunan kadar estrogen ini nantinya juga akan mendorong naiknya kadar prolaktin, hormon yang mengambil peran penting dalam proses menyusui. Menyusui merupakan proses kompleks, dengan mengetahui bagaimana payudara menghasilkan Air Susu Ibu (ASI) akan membantu para ibu mengerti proses menyusui sehingga dapat menyusui secara eksklusif. Air Susu Ibu (ASI) diproduksi atas hasil kerja gabungan antara hormon dan refleksi. Ketika bayi mulai mengisap Air Susu Ibu (ASI), akan terjadi dua refleksi yang akan menyebabkan Air Susu Ibu (ASI) keluar (Setianingsih S, 2019).

Berdasarkan data statistik (WHO) tahun 2018 diperoleh data cakupan ASI di Afganistan 43,1 %, Mexico 30,1 %, Myanmar 50,1 %, Nigeria 23,3 %, Paraguay 29,6 %. *World Health Organization* (WHO) telah mengkaji atas lebih dari 3.000 penelitian menunjukkan pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan adalah jangka waktu yang paling optimal untuk pemberian ASI Eksklusif. Hal ini didasarkan pada bukti

ilmiah bahwa ASI Eksklusif mencakupi kebutuhan gizi bayi dan pertumbuhan bayi lebih baik. ASI merupakan makanan yang paling utama bagi bayi sehingga sangat penting untuk kesehatan bayi, namun tidak semua bayi mendapatkan ASI dari ibunya. Menurut UNICEF, cakupan rata-rata ASI Eksklusif di Dunia yaitu sekitar 38 % (Kesehatan RI 2019).

Sesuai dengan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif, air susu ibu atau disingkat ASI adalah cairan hasil sekresi kelenjar payudara ibu. ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain. Berdasarkan Pasal 6 dalam peraturan pemerintah yang sama, setiap ibu yang melahirkan harus memberikan ASI eksklusif kepada bayi yang dilahirkannya (Dinkes 2020) .

Besarnya manfaat ASI tidak diimbangi oleh peningkatan perilaku pemberian ASI sehingga bayi tidak mendapatkan ASI dengan baik, beberapa faktor diduga menjadi penyebab bayi tidak mendapatkan ASI dengan baik salah satunya adalah faktor pengetahuan ibu, kebanyakan ibu berpendapat untuk tidak menyusui karena rasa sakit saat menyusu, serta kekhawatiran ibu dengan perubahan payudara ibu setelah menyusui. Faktor social budaya, kurangnya dukungan keluarga dan lingkungan dalam proses menyusui juga berpengaruh terhadap proses pemberian ASI. Tidak semua postpartum langsung mengeluarkan ASI Karena pengeluaran ASI merupakan suatu interaksi yang sangat kompleks antara ransangan mekanik, saraf dan bermacam-macam hormone yang berpengaruh terhadap pengeluaran oksitosin. Pengeluara hormone oksitosin selain dipengaruhi oleh isapan bayi juga oleh reseptor yang terletak pada system duktus, bila duktus melebar atau menjadi

lunak maka secara reflektoris dikeluarkan oksitosin oleh hipofise yang berperan untuk memeras air susu dari alveoli (Budiharjo 2021).

Namun pada sebagian ibu mungkin saja terjadi kesulitan pengeluaran ASI karena lebih banyak ibu terpengaruh mitos sehingga ibu tidak yakin bisa memberikan ASI pada bayinya. Perasaan ibu yang tidak yakin bisa memberikan ASI pada bayinya akan menyebabkan penurunan hormone oksitosin sehingga ASI tidak dapat keluar segera setelah melahirkan dan akhirnya ibu memutuskan untuk memberikan susu formula. Salah satu cara untuk merangsang hormon oksitosin dan meningkatkan rasa nyaman adalah dengan pijat oksitosin (Natalia 2019)

Pijat oksitosin adalah pijat disepanjang tulang belakang (*vertebre*) sampai tulang *costae* kelima atau keenam. Pijat ini berfungsi untuk meningkatkan oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun keluar dengan sendirinya (Roesli 2020)

Hasil penelitian sebelumnya tentang pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu postpartum menunjukkan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI dengan indikasi berat badan bayi, frekuensi bayi menyusui, frekuensi bayi BAK dan lama bayi tidur setelah menyusui dengan rata-rata 307 gram, rata-rata frekuensi BAK 5 kali pada hari pertama, rata-rata frekuensi menyusui bayi pada 24 jam pertama 8 kali, dan lama bayi menyusui

2.17 jam pada hari pertama. Semua indikator diatas meningkat pada hari ke7 dan 14 (Della 2018).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu Postpartum di PMB Hj. Murtinawita, SST Pekanbaru.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasional dengan menggunakan pendekatan penelitian cross sectional. Penelitian ini dilakukan di PMB Hj. Murtinawita, SST Jl Sail Kelurahan Rejosari Kecamatan Tenayan Raya Pekanbaru. Populasi berjumlah 24 orang. Sampel 22 bayi. teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah *consecutive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dan lembar ceklist. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pijat oksitosin, variabel dependen dalam penelitian ini kelancaran asi. Pengumpulan data dengan data primer memberikan kuesioner secara langsung kepada responden. Analisa data yang digunakan adalah univariat dan bivariate.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di PMB Hj. Murtinawita, SST Jl Sail Kelurahan Rejosari Kecamatan Tenayan Raya Pekanbaru. Adapun hasil yang didapatkan dari penelitian ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Sebelum Dilakukan Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum Di PMB Hj. Murtinawita, SST Pekanbaru

No	Kelancaran ASI	Jumlah	Persentase
1	Lancar	0	0%
2	Tidak lancar	22	100%
	Total	22	100%

Sumber : Hasil Kuesioner

Berdasarkan tabel 1, dari 22 responden didapatkan seluruh responden

tidak lancar ASI nya sebelum dilakukan pijat oksitosin.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Sesudah Dilakukan Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum Di PMB Hj. Murtinawita, SST Pekanbaru

No	Kelancaran ASI	Jumlah	Persentase
1	Lancar	18	81,8%
2	Tidak lancar	4	18,2%
Total		22	100%

Sumber : Hasil Kuesioner

Berdasarkan tabel 2, dari 22 responden menunjukkan bahwa mayoritas responden sesudah dilakukan pijat oksitosin terdapat 18

(81,8%) ibu menyusui sudah lancar ASI nya, dan minoritas 4 (18,2%) ibu menyusui masih tidak lancar ASI nya.

Tabel 3. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum Di PMB Hj Murtinawita SST Pekanbaru

Tindakan	Kelancaran ASI				Total		P	A
	Lancar		Tidak Lancar		N	%		
	N	%	N	%	N	%		
sebelum	0	0	22	100	22	100	0,000	0,05
sesudah	18	81,8	4	18,2	22	100		
Total	18	40,9	26	59,1	44	100		

Berdasarkan tabel 3, dari 22 responden sebelum dilakukan pijat oksitosin terdapat seluruhnya mengalami ketidak lancaran ASI, dan mayoritas responden sesudah dilakukan pijat oksitosin terdapat 18 (81,8%) orang ibu menyusui sudah lancar ASI nya, dan minoritas ibu menyusui yang masih tidak lancar ASI nya terdapat 4 (18,2%) orang. Dan dari hasil uji *Chi-square*, didapatkan hasil *p-value* = 0,000 maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada pengaruh yang bermakna antara Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui Di PMB Murtinawita SST Pekanbaru

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebelum dilakukannya pijat oksitosin terdapat 22 orang responden

tidak lancar ASInya dan sesudah diberikannya pijat oksitosin kepada 22 responden terdapat 18 orang responden sudah lancar ASI nya dan 4 orang responden masih tidak lancar ASI nya.

Pemberian ASI bagi bayi memberikan keuntungan jangka panjang pada anak, diantaranya: terhindar dari penyakit alergi, asma, obesitas, dan bahkan beberapa jenis kanker. Penelitian juga telah membuktikan bahwa ASI tidak hanya membuat bayi anda sehat tetapi juga membuat mereka lebih cerdas. Bagi ibu yang menyusui juga memberikan banyak manfaat. Hormon yang dihasilkan saat menyusui akan mengurangi pendarahan yang mungkin terjadi pasca persalinan dan membantu rahim mengecil kembali keukuran semula. Menyusui juga dapat mengurangi resiko terjadinya beberapa penyakit pada ibu, diantaranya: kanker payudara. Ibu yang menyusui anaknya akan

hidup lebih bersih dan teratur serta lebih memperhatikan kesehatan tubuh lingkungan agar bayinya tetap sehat. (Ratih Purwanti, 2017)

penelitian ini sejalan dengan penelitian Delima, dkk (2016) tentang “pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI ibu menyusui tahun 2016” diperoleh bahwa produksi ASI yang diberi pijat oksitosin lebih tinggi dari pada ibu yang tidak diberi pijat oksitosin dengan hasil menunjukkan bahwa produksi ASI sebelum diberikan intervensi pijat oksitosin adalah 7,05 dengan standar deviasi 0,740 sedangkan rerata produksi ASI sesudah diberikan intervensi pijat oksitosin adalah 9,00 dengan standar deviasi 1,183.

Menurut asumsi saya hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI. Hal ini dikarenakan pijat oksitosin merupakan tindakan yang dilakukan pada ibu menyusui yang berupa pemijatan atau *massage* pada punggung ibu untuk meningkatkan pengeluaran hormon oksitosin. Pijat oksitosin yang dilakukan akan memberikan kenyamanan pada ibu sehingga akan memberikan kenyamanan pada bayi yang disusui. Secara fisiologis hal tersebut meningkatkan hormon oksitosin yang dikirimkan ke otak sehingga hormon oksitosin dikeluarkan dan mengalir ke dalam darah, kemudian masuk ke payudara ibu menyebabkan otot-otot di sekitar alveoli berkontraksi dan membuat ASI mengalir di saluran ASI. Hormon oksitosin juga membuat saluran ASI lebih lebar, membuat ASI mengalir lebih mudah

Dalam penelitian ini didapatkan adanya perubahan jumlah responden sebelum dilakukan perlakuan berupa pijat oksitosin sebagian besar pengeluaran ASI kurang lancar sejumlah 4 ibu (18,2%) sedangkan jumlah responden setelah dilakukan perlakuan berupa pijat oksitosin seluruh responden pengeluaran ASI lancar

sejumlah 18 ibu (81,8%). hasil uji *Chi-square*, dengan menggunakan system komputerisasi menunjukkan hasil *p-value* = 0,000 maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada pengaruh yang bermakna antara pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum di PMB Murtinawita SST Pekanbaru tahun 2021 Berdasarkan kelancaran ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin 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 kelancaran ASI pada ibu postpartum di PMB Murtinawita SST Pekanbaru tahun 2021.

Pijat Oksitosin merupakan pemijatan tulang belakang pada costa ke 5-6 sampai ke scapula yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis merangsang hipofise posterior untuk mengeluarkan .Pijat oksitosin dilakukan untuk merangsang refleksi oksitosin atau *reflexlet down*. Pijat oksitosin ini dilakukan dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang, sehingga diharapkan dengan dilakukannya pemijatan tulang belakang ini, ibu akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan segera hilang. Jika ibu rileks dan tidak kelelahan dapat membantu pengeluaran hormon oksitosin .Pijatan atau pada tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongatalangsung mengirim pesan ke hypothalamus di hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Pijat Oksitosin dapat dilakukan oleh ayah bayi atau nenek bayi dilakukan selama 2 kali sehari pagi dan sore hari selama kurang lebih 3 menit efek pemijatan dapat dilihat reaksinya setelah 6 sampai 12 jam pemijatan (Roesli 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maita (2016) dengan judul “Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI di BPM Ernita didapatkan hasil p value ($<0,05$) yang artinya adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu nifas. Dan sejalan dengan hasil penelitian Pilaria (2017) dengan judul “pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja puskesmas pejeruk kota mataram dimana didapatkan hasil setelah dilakukan pijat oksitosin produksi ASI meningkat sebanyak 90% responden dengan hasil uji statisti menggunakan Mcnemar Test diperoleh nilai p value 0 ,000 atau $p < a = 0,05$.

Menurut asumsi peneliti dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin dapat memperlancar ASI pada ibu menyusui karena pijat oksitosin dapat memicu pengeluaran hormon oksitosin yang sangat penting dalam pengeluaran ASI. Namun ada beberapa ibu setelah di pijat oksitosin ASI nya tetap tidak lancar, di sebabkan karena ibu banyak pikiran, ASI ibu masih keluar sedikit karena ibu baru pertama kali melahirkan, dan bayi malas menyusui karena lebih memilih susu formula.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan dari hasil χ^2 terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui di PMB Hj Murtinawita dengan p -value = 0.000 maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui di PMB Hj Murtinawita.

UCAPAN TERIMAKASIH

Akhir kata, penulis sampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambawarti, Diah. 2010. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Arikunto. 2012. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Budiharjo. 2016. *Masalah Masalah Dalam Menyusui*. Jakarta: Perkumpulan Prinatology Indonesia.
- Della, Sekar Yuventahia. 2018. “Efektifitas Durasi Waktu Pemberian Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Post Partum Di Rsud Kota Madiun.” 8–126.
- Depkes. 2018. *Konsep Asuhan Kebidanan*. Jakarta.
- Dewi, Vivian, Suarsih. 2011. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Dharma. 2011. *Metodologi Penelitian Keperawatan Panduan Melaksanakan Dan Menerapkan Hasil Penelitian*. Jakarta: Trans Infomedia.
- Dinkes. 2018. *Profil Kesehatan*. Riau: Dinas Kesehatan Provinsi Riau.
- Eko, Mardiyah. 2010. “Efektifitas Kombinasi Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Ibu Post Seksio Sesarea Di Rumah Sakit Wilayah Jawa Tengah.” 99–4.
- Guyton. 2007. *Buku Ajar Fisiolog Ikedokteran*. Jakarta: Egc.
- Hidayat. 2014. *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknis Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Huberti, Sri Purwanti. 2018. *Buku Saku Bidan*. Jakarta: Buku Kedokteran Egc.
- Hudistira. 2012. “Pengetahuan Ibu Hamil Terhadap Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Dan Kuantitas Asi.” 18–20.
- Intan, Puja. 2018. *Penerapan Pijat Oksitosin Ibu Menyusui Pada Masa Post Partum Di Puskesmas Mlati Ii*.
- Kesehatan, Kementerian, And Ri. 2015. “Analisis Asi Eksklusif.” *Millennium*

- Challenge Account - Indonesia* 1–2.
- Natalia, Intan. 2019. “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Rsu Haji Medan Tahun 2019.”
- Naziroh, Umy. 2017. “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Primipara.” 109–9.
- Notoadmodjo. 2010. *Metedologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Pt.Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. 2012. *Medologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Riska. 2018. “Asi Pada Ibu Post Partum.” 9–12.
- Roesli. 2016. *Inisiasi Menyusu Dini Plus Asi Eksklusif*. Jakarta: Pustaka Bunda.
- Sabri, Hastono. 2010. *Statistik Kesehatan*. Jakarta: Raja Wali.
- Setiadi. 2012. “Konsep Dan Penulisan Dokumentasi Asuhan Keperawatan.” Jakarta: Graha Ilmu.
- Setianingsih S, Haryono R. 2018. *Manfaat Asi Untuk Buah Hati Anda*. Yogyakarta: Gosyen Pulishing.
- Setiyani Astuti, Sukei, Esyuananik. 2016. *Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi Dan Balita*. Jakarta: Kemenkes.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukei, Setiani Astuti. 2016. *Pratikum Asuhan Kebidanan Neonatus Bayi, Balita Dan Anak Pra Sekolah*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Ummah. 2014. “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta 2014.” 121–25.
- Wijayanti. 2014. “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum.”
- Wulandari Ft, Aminin F, Dewi U, Kebidanan P. 2014. “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Post Partum Di Rumah Sakit Umum Daerah Provinsi Kepulauan Riau.” 173–78.
- Yahya. 2011. *Cairan Ajaib Air Susu Ibu*. Jakarta: Medika.