

**PENGARUH PEMBERIAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP  
PENGELUARAN ASI PADA IBU POST PARTUM DI KLINIK KABUNDA  
KECAMATAN KABUN KABUPATEN ROKAN HULU TAHUN 2023**

**Siti Nurkhasanah<sup>(1)</sup>, Lisbet Siregar<sup>(2)</sup>**

<sup>(1)</sup> Program Studi Profesi Bidan Fakultas Ilmu Kesehatan, Pasir Pengaraian

\*email: [nurhasanahzhuhri@gmail.com](mailto:nurhasanahzhuhri@gmail.com)

<sup>(2)</sup> Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Pasir Pengaraian

\*email:

**ABSTRAK**

ASI (Air Susu Ibu) adalah air susu yang dihasilkan oleh ibu dan mengandung semua zat gizi yang diperlukan oleh bayi untuk kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pemberian ASI eksklusif didefinisikan sebagai pemberian ASI tanpa suplementasi makanan maupun minuman lain kecuali obat. Capaian persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi sampai usia 6 bulan di Kabupaten Rokan Hulu pada tahun 2020 mencapai 51,9%. Sedangkan di Puskesmas Kabun Kabupaten Rokan Hulu capaian pemberian ASI eksklusif pada tahun 2022 mencapai 226 (68%) dari 332 sasaran bayi yang berusia 0-6 bulan hal ini belum memenuhi target ASI eksklusif Indonesia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di Klinik Kabunda Kecamatan Kabun Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2023. Jenis penelitian yang digunakan adalah metode analitik kuantitatif dengan desain penelitian *eksperiment* dengan jumlah sampel 20 orang. Analisis data dilakukan dengan uji statistik *T Dependent*. Hasil penelitian tersebut terdapat rata-rata pengeluaran ASI sebelum pijat oksitosin adalah 5,05 ml dan rata-rata pengeluaran ASI setelah pijat oksitosin adalah 10,95 ml, hasil uji statistik didapatkan ( $P\ value=0,000 < 0,05$ ) ada pengaruh signifikan antara pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI di Klinik Kabunda Kecamatan Kabun Kabupaten Rokan Hulu. Diharapkan pijat oksitosin ini dapat dimanfaatkan sebagai terapi non farmakologi dalam mengatasi masalah pengeluaran ASI.

Daftar Pustaka : 23 (2012-2022)

Kata Kunci : ASI, Pijat Oksitosin, Pengeluaran ASI, Rokan Hulu

### **ABSTRACT**

*ASI (Breast Milk) is milk produced by the mother and contains all the nutrients needed by the baby for the growth and development needs of the baby. Exclusive breastfeeding is defined as breastfeeding without any other food or drink supplementation except medicine. The percentage of exclusive breastfeeding for babies up to the age of 6 months in Rokan Hulu Regency in 2020 reached 51.9%. Meanwhile, at the Kabun Health Center in Rokan Hulu Regency, exclusive breastfeeding in 2022 reached 226 (68%) of the 332 target babies aged 0-6 months, this has not met Indonesia's exclusive breastfeeding target. The purpose of this study was to determine the effect of oxytocin massage on breastfeeding in post partum mothers at the Kabunda Clinic, Kabun District, Rokan Hulu Regency in 2023. The type of research used was quantitative analytical method with an experimental research design with a sample size of 20 people. Data analysis was performed using the T Dependent statistical test. The results of this study showed that the average expenditure of breast milk before the oxytocin massage was 5.05 ml and the average expenditure of milk after the oxytocin massage was 10.95 ml. The statistical test results were obtained ( $P$  value = 0.000 < 0.05) on milk production. The conclusion of this study shows that there is an effect of oxytocin massage on breastfeeding expenditure at the Kabunda Clinic, Kabun District, Rokan Hulu Regency. It is hoped that this oxytocin massage can be used as a non-pharmacological therapy in overcoming the problem of breastfeeding.*

*Bibliography : 23 (2012-2022)*

*Keywords: ASI, Oxytocin Massage, Breast Milk Expulsion, Rokan Hulu*

## PENDAHULUAN

ASI (Air Susu Ibu) adalah air susu yang dihasilkan oleh ibu dan mengandung semua zat gizi yang diperlukan oleh bayi untuk kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pemberian ASI eksklusif didefinisikan sebagai pemberian ASI tanpa suplementasi makanan maupun minuman lain kecuali obat. Setelah 6 bulan ASI tidak dapat mencukupi kebutuhan mineral seperti zat besi, sehingga untuk memenuhi kebutuhan tersebut harus diberikan MP ASI (makanan pendamping ASI) yang kaya zat besi. Bayi prematur, bayi dengan berat lahir rendah, dan bayi yang memiliki kelainan hematologi tidak memiliki cadangan besi adekuat pada saat lahir umumnya membutuhkan suplementasi besi sebelum usia 6 bulan, yang dapat diberikan bersama dengan ASI eksklusif. Pemberian ASI eksklusif juga dapat menurunkan resiko stunting dan obesitas pada anak (Mufdillah, 2017).

(Badan Pusat Statistika, 2020) mencatat bahwa Indonesia memiliki persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi berusia 0-5 bulan sebesar 71,58% pada 2021. Angka ini menunjukkan perbaikan dari tahun sebelumnya yang sebesar 69,62%, namun belum mencapai target nasional yaitu 80%.

Capaian persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi sampai usia 6 bulan di Kabupaten Rokan Hulu pada tahun 2020 mencapai 51,9%. Sedangkan di Puskesmas Kabun Kabupaten Rokan Hulu capaian pemberian ASI eksklusif pada tahun 2022 mencapai 226 (68%) dari 332 sasaran bayi yang berusia 0-6 bulan hal ini belum memenuhi target ASI eksklusif Indonesia (Dinkes Riau, 2020).

Badan Kesehatan Dunia (WHO) menganjurkan wajib ASI selama 6 bulan untuk bayi baru lahir. Tetapi hal tersebut tidak selalu terpenuhi karena ASI yang dihasilkan sedikit. 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 (Unicef Indonesia, 2022).

Menurut Sudihartono (2015) faktor dukungan keluarga terutama suami mempunyai hubungan dengan pemberian ASI eksklusif kepada bayi. Keluarga memberikan dukungan motivasi untuk ibu memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan. Ibu yang kurang istirahat pasca melahirkan dapat mengalami kelelahan yang menyebabkan dampak negatif pada produksi ASI dan reflex let down (Lowdermilk, 2013).

Faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif selanjutnya adalah rasa nyaman, setelah ibu melahirkan, ibu akan mengalami rasa tidak nyaman di seluruh tubuh, stress dan khawatir tidak bisa mencukupi kebutuhan ASI untuk buah hatinya. Hal ini akan menghambat sekresi hormon oksitosin. Hormon Oksitosin adalah hormon yang berperan dalam pengeluaran ASI. Apabila sekresi hormon oksitosin terhambat, pengeluaran ASI menjadi tidak lancar. Pengeluaran ASI yang tidak lancar dapat menimbulkan pembengkakan pada payudara, jika tidak segera diatasi akan berdampak lebih lanjut yaitu dapat menyebabkan mastitis dan infeksi (Dinkes DIY, 2015). Salah satu cara untuk merangsang

hormon oksitosin dan meningkatkan rasa nyaman adalah dengan pijat oksitosin (Ummah, 2014).

Pijat Oksitosin adalah pijat di sepanjang tulang belakang (vertebre) sampai tulang costae kelima dan keenam. Pijat ini berfungsi untuk meningkatkan oksitosin yang 3 dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun keluar dengan sendirinya (Biancuzzo dan Afiani, 2016). Sedangkan menurut Mulyani (2014), Pijat oksitosin merupakan salah satu terapi yang efektif untuk mengurangi ketidaknyamanan fisik serta memperbaiki mood.

Melalui pemijatan tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hipotalamus untuk mengeluarkan oksitosin. Oksitosin menyebabkan otot-otot halus disekitar kelenjar payudara mengkerut sehingga ASI keluar. Dengan pijat oksitosin ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress (Wulandari, 2014). Pijat oksotodin efektif di lakukan 2 kali sehari pada hari pertama dan kedua postpartum, karena pada dua hari tersebut ASI belum terproduksi cukup banyak (Hartiningtiyaswati, 2015.) Manfaat pijat oksitosin yaitu untuk merangsang oksitosin, meningkatkan kenyamanan, meningkatkan gerak ASI ke payudara, mengurangi bengkak, merangsang pelepasan hormone oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit, dan menambah pengisian ASI ke payudara (Latifah, 2015 dalam Rahayuningsih T., 2020). Pijat oksitosin bisa di lakukan kapanpun ibu mau selama 15-20 menit sebelum mulai menyusui.

## **METODE**

### **1. Jenis penelitian**

Jenis penelitan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif analitik. Penelitian ini bertujuan untuk melihat jumlah pengeluaran ASI pada ibu post partum di Klinik Kabunda sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

### **2. Desain Penelitian**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Pra Eksperimen dengan pendekatan *one group pre test and post test*. Penelitian ini digunakan untuk suatu kelompok objek. Kelompok subjek merupakan kelompok yang di test (sebelum dan sesudah) dan diberikan perlakuan pijat oksitosin.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti tentang pengaruh pemberian pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum di Klinik Kabunda Kecamatan Kabun Kabupaten Rokan Hulu dengan jumlah responden 20 orang, dengan menggunakan analisa univariat diperoleh hasil :

#### **1) Analsis Univariat**

##### **a. Rata-rata pengeluaran ASI Sebelum Dilakukan Pijat Oksitosin**

**Tabel Rata-rata Pengeluaran ASI Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Oksitosin**

Pengeluaran ASI	Mean	SD	Min-Max
Sebelum Pijat Oksitosin	5,05	0,759	4-6
Sesudah Pijat Oksitosin	10,95	0,759	10-12

Hasil analisis didapatkan rata-rata volume ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin adalah 5,05 ml dengan standar deviasi 0,759. Volume ASI paling tinggi adalah 6 ml dan volume ASI paling rendah adalah 4 ml. sedangkan rata-rata volume ASI setelah dilakukan pijat oksitosin adalah 10,95 ml dengan standar deviasi 0,759. Volume ASI paling tinggi adalah 12 ml dan volume ASI paling rendah adalah 10 ml.

## 2) Analisis Bivariat

Berikut ini adalah bentuk penyajian dan inteprestasi dari uji statistic *t-dependen (pre-test dan post-test)* pemberian pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum di Klinik Kabunda Kecamatan Kabun Kabupaten Rokan Hulu.

**Tabel 4.3. Uji T-Dependent Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI**

Variabel	Mean	SD	N	P Value
<i>Pre Test dan Post Test</i>	5,9	0,788	20	0,000

Berdasarkan hasil bivariat *T-Dependent*, didapatkan selisih rata-rata pengeluaran ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin sebesar 5,9 dengan nilai standar deviasi sebesar 0,788. Nilai *p value* sebesar 0,000 meneunjuk adanya pengeruh signifikan pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dari 20 sampel didapatkan data bahwa pengeluaran ASI setelah pijat oksitosin lebih tinggi sebelum pijat oksitosin. Rata-rata pengeluaran ASI pada ibu Post Partum di Klinik Kabunda Kecamatan Kabun Kabupaten Rokan Hulu sebelum dilakukan pijat oksitosin sebesar 5,05 ml, sementara itu rata-rata pengeluaran ASI setelah pijat oksitosin naik menjadi 10,95 cc. Dari nilai tersebut didapatkan bahwa rata-rata pengeluaran ASI pada 20 sampel sebesar 5,9 cc.

Dari hasil penelitian yang merupakan keadaan nyata bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di Klinik Kabunda Kecamatan Kabun Kabupaten Rokan Hulu. Data tersebut dijadikan acuan dalam pembahasan sebagai hasil akhir dalam Skripsi ini yang dinyatakan sebagai berikut: diperoleh data dari 20 responden mendapatkan hasil analisis uji statistik *T – dependent* untuk perbedaan pengeluaran ASI sebelum dan setelah pijat oksitosin.

Data menunjukkan setelah pijat oksitosin pengeluaran ASI meningkat dengan nilai  $p$  value = 0,000. Hal menunjukkan nilai  $p < 0,005$ , yang berarti hipotesa diterima, yakni terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di Klinik Kabunda Kecamatan Kabun Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2023.

Faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif selanjutnya adalah rasa nyaman, setelah ibu melahirkan, ibu akan mengalami rasa tidak nyaman di seluruh tubuh, stress dan khawatir tidak bisa mencukupi kebutuhan ASI untuk buah hatinya. Hal ini akan menghambat sekresi hormon oksitosin (Nurkhasanah, 2023). Hormon Oksitosin adalah hormon yang berperan dalam pengeluaran ASI. Apabila sekresi hormon oksitosin terhambat, pengeluaran ASI menjadi tidak lancar. Pengeluaran ASI yang tidak lancar dapat menimbulkan pembengkakan pada payudara, jika tidak segera diatasi akan berdampak lebih lanjut yaitu dapat menyebabkan mastitis dan infeksi (Dinkes DIY, 2015). Salah satu cara untuk merangsang hormon oksitosin dan meningkatkan rasa nyaman adalah dengan pijat oksitosin (Ummah, 2014).

Pijat Oksitosin adalah pijat di sepanjang tulang belakang (vertebre) sampai tulang costae kelima dan keenam. Pijat ini berfungsi untuk meningkatkan oksitosin yang 3 dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun keluar dengan sendirinya (Biancuzzo dan Afiani, 2016). Sedangkan menurut Mulyani (2014), Pijat oksitosin merupakan salah satu terapi yang efektif untuk mengurangi ketidaknyamanan fisik serta memperbaiki mood.

Pijat oksitosin dapat memicu terjadinya *Let-down reflex* (LDR), *let-down reflex* adalah refleks keluarnya ASI dari payudara. Refleks ini terjadi ketika saraf dalam payudara terstimulasi (baik oleh hisapan bayi maupun pompa ASI) dan memberi sinyal untuk mengeluarkan hormon oksitosin. Tanda paling jelas terjadinya LDR adalah perubahan pola hisapan bayi, dari hisapan cepat dangkal ke hisapan lambat dalam yang berirama. Hisapan lambat dalam ini adalah hisapan yang sesungguhnya, dalam arti bayi sedang menyusui secara aktif (Mufdillah, 2017).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian tentang Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Postpartum diperoleh hasil uji statistik dengan  $p$  value = 0,000 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI (Sulaeman et al., 2019).

Penelitian lain yang mendukung penelitian ini adalah Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum di Ruang Nifas Rumah Sakit Umum Daerah Prof Aloei Saboe Kota Gorontalo diperoleh hasil uji statistik  $p$  value = 0,01 maka dapat disimpulkan ada pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI (Martha, 2019).

Penelitian sejalan dengan (Ertysukesty, 2020) tentang Hubungan Pijat Oksitosin Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Cikokol Kota Tangerang diperoleh adanya hubungan yang signifikan antara pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI dengan  $p$  value = 0,0001.

### **SIMPULAN**

1. Rata-rata pengeluaran ASI sebelum (*pre-test*) dilakukan pijat oksitosin di Klinik Kabunda Kecamatan Kabun Kabupaten Rokan Hulu adalah 5,05 ml dengan standar deviasi 0,759.
2. Rata-rata pengeluaran ASI sesudah (*post-test*) dilakukan pijat oksitosin di Klinik Kabunda Kecamatan Kabun Kabupaten Rokan Hulu adalah 10,95 ml dengan standar deviasi 0,759.
3. Ada pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI ibu post partum di Klinik Kabunda Kecamatan Kabun Kabupaten Rokan Hulu dengan (*p value* = 0.000).

### **SARAN**

1. Bagi Peneliti  
Diharapkan hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai pemahaman dan informasi bahwa pijat oksitosin dapat meningkatkan pengeluaran ASI pada ibu post partum.
2. Bagi Tempat Pelayanan Kesehatan  
Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberi informasi bagi tenaga kesehatan dan ibu post partum bahwa melakukan pijat oksitosin dapat meningkatkan pengeluaran ASI dan dapat dijadikan sebagai terapi alternatif.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber data dalam melaksanakan penelitian selanjutnya baik dalam variabel yang berbeda atau lokasi yang berbeda.
4. Bagi Responden  
Diharapkan kepada responden untuk dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang pijat oksitosin sehingga ketika ibu mengalami masalah pada pengeluaran ASI ibu dapat mengatasinya dengan melakukan pijat oksitosin dengan meminta bantuan kepada tenaga kesehatan.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Ari Setiawan, S. (2020). *Metodologi Penelitian Kebidanan DIII, DIV, S1 dan S2*. Nuha Medika.
- Badan Pusat Statistika. (2020). *Cakupan Pemberian ASI Eksklusif di 20 Provinsi*.  
<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/01/25/cakupan-pemberian-asi-eksklusif-di-20-provinsi-ini-masih-di-bawah-nasional>
- Dinkes Riau. (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Riau 2020*. 0761.
- diza fathamira hamzah. (2018). *pengaruh pemberian ASI Eksklusif terhadap berat badan bayi usia 4-6 bulan diwilayah kerja puskesmas langsa kota*. 3(2), 8–15.
- Ertysukesty, C. (2020). Hubungan Pijat Oksitosin Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Cikokol Kota Tangerang. *Indonesia Midwifery Journal*, 4(1), 11–15. <http://dx.doi.org/10.31000/imj.v4i1.3910.g2105>
- Handayani, T. (2014). *Pemberian Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Asuhan Keperawatan Ny.E Dengan Post Partum Sectio Caesarea Atas Indikasi Ketuban Pecah Dini (KPD) Di Ruang Mawar I RSUD Dr. Moewardi Surakarta Thun 2014*.
- Haryono, R., & Setyaningsih, S. (2014). *Manfaat asi eksklusif untuk buah hati anda / Rudi Haryono, Sulis Setyaningsih*.
- Marliandiani, & Nyna. (2015). Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dan Menyusui. In *Salemba Medika*.
- Marmi. (2017). *Asuhan kebidanan pada masa nifas "peuperium care."* Pustaka Pelajar.
- Martha, M. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum di Ruang Nifas Rumah Sakit Umum Daerah Prof Aloe Saboe Kota Gorontalo. *Sains, Seminar Nasional Penelitian, Lembaga Pengabdian, D A N Uit, Masyarakat, Imd*.
- Mufdillah. (2017). Pedoman Pemberdayaan Ibu Menyusui pada Program ASI Eksklusif. *Peduli ASI Eksklusif*, 0–38.
- Nurkhasanah, S. (2023). *Buku Ajar Terapi Komplementer dalam Praktik Kebidanan*. Deepublish.
- Pollard, M. (2015). *Buku Keperawatan: Buku ASI Asuhan Berbasis Bukti*.
- Rukiyah AY, Y. L. (2018). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Masa Nifas*. Trans Info Media.
- Solihin Pudjiadi. (2005). *Ilmu Gizi Klinis pada Anak*. Balai Penerbit FK UI.
- Sulaeman, R., Lina, P., Mas'adah, M., & Purnamawati, D. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Postpartum Primipara. *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(1), 10. <https://doi.org/10.32807/jkp.v13i1.193>
- Unicef Indonesia. (2022). *UNICEF*.
- Widuri, H. (2013). *Cara Mengelola ASI Eksklusif Bagi Ibu Bekerja*. Yogyakarta: Gosyen Publisng.
- Yusari Asih, R. (2016). *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Trans Info Media.