

PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA IBU MENYUSUI DI DESA BATANG KUMU KECAMATAN TAMBUSAI TAHUN 2023

Aminah SR⁽¹⁾, Andriana⁽²⁾

^(1,2) Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir Pengaraian, Riau, Indonesia

email: andriana.midw@gmail.com

ABSTRAK

ASI adalah kandungan emulsi lemak, protein, laktosa, garam-garaman anorganik yang disekresikan oleh kelenjar mammae ibu, yang berguna sebagai makanan bayi. ASI yang tidak lancar dapat disebabkan oleh beragam faktor, salah satunya karena munculnya perasaan cemas dan stres yang berlebih, sehingga berdampak pada produksi ASI. Berbagai hambatan lainnya yang dihadapi untuk dapat menyusui secara optimal, salah satu yang terbesar adalah kurangnya dukungan bagi orang tua di tempat kerja. Tujuan penelitian ini adalah Mengidentifikasi Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui di Desa Batang Kumu Kecamatan Tambusai Tahun 2023. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah Pra Eksperiment. Dimana desain penelitian ini menggunakan rancangan *pretest and posttest without control group*. Populasi dalam penelitian ini adalah 30 orang ibu menyusui, tetapi karena keterbatasan waktu penelitian dan kriteria inklusi dalam penelitian, maka ditentukan sampel dalam penelitian ini sebanyak 10 responden. Waktu penelitian dilaksanakan pada Februari 2023 sampai bulan April 2023. Dengan menggunakan uji hipotesis *T-Test Dependen*. Hasil penelitian ada pengaruh yang signifikan dari pijat oksitosin terhadap Pengeluaran ASI pada ibu menyusui di Desa Batang Kumu dimana didapatkan hasil $p < 0,05$ yaitu $p = 0,000$. Dari 10 responden ibu menyusui didapatkan nilai mean sebelum Pijat oksitosin adalah 1.20 dengan Standart Deviasi 0,422, dan nilai mean setelah dilakukan pijat oksitosin adalah 2,00 dengan standart deviasi 0,000. Kesimpulan dari penelitian ini Pemberian Pijat Oksitosin dalam melancarkan ASI sangat bermanfaat karena selain membantu melancar Pengeluaran ASI juga membantu ibu lebih nyaman dan rileks.

Kata kunci: Pjat Oksitosin, Pengeluaran ASI, Ibu Menyusui

ABSTRACT

Breast milk contains an emulsion of fat, protein, lactose, inorganic salts secreted by the mother's mammary glands, which is useful as baby food. Poor breastfeeding can be caused by various factors, one of which is the emergence of excessive feelings of anxiety and stress, which has an impact on breast milk production. There are various other obstacles faced in being able to breastfeed optimally, one of the biggest being the lack of support for parents in the workplace. The aim of this research is to identify the effect of oxytocin massage on increasing breast milk production among breastfeeding mothers in Batang Kumu Village, Tambusai District in 2023. The design used in this research is pre-experimental. Where this research design uses a pretest and posttest design without control group. The population in this study was 30 breastfeeding mothers, but due to limited research time and inclusion criteria in the study, the sample in this study was determined to be 10 respondents. The research was carried out from February 2023 to April 2023. Using the Dependent T-Test hypothesis test. The research results showed a significant effect of oxytocin massage on breast milk production in breastfeeding mothers in Batang Kumu Village where the results were $p < 0.05$, namely $p = 0.000$. Of the 10 breastfeeding mother respondents, the mean value before the oxytocin massage was 1.20 with a standard deviation of 0.422, and the mean value after the oxytocin massage was 2.00 with a standard deviation of 0.000. The conclusion from this research is that giving oxytocin massage to facilitate breast milk is very

beneficial because apart from helping to facilitate breast milk production, it also helps the mother feel more comfortable and relaxed.

Key words: *Oxytocin massage, breast milk production, breastfeeding mothers.*

PENDAHULUAN

Inisiasi menyusui dini dan menyusui secara eksklusif membantu anak-anak bertahan hidup dan membangun antibodi yang mereka butuhkan agar terlindung dari berbagai penyakit yang sering terjadi pada masa kanak-kanak, seperti diare dan pneumonia. Peningkatan angka ibu menyusui secara global berpotensi menyelamatkan nyawa lebih dari 820.000 anak usia balita dan dapat mencegah penambahan 20.000 kasus kanker payudara pada perempuan setiap tahunnya. 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 0-6 bulan di seluruh dunia yang mendapatkan ASI eksklusif selama periode 2015-2020 dari 50% target pemberian ASI (WHO, 2020).

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. ASI eksklusif adalah asupan gizi terbaik untuk bayi baru lahir hingga mencapai usia enam bulan. ASI merupakan cairan hidup karena mengandung sel darah putih, zat kekebalan, enzim, hormon, dan protein yang cocok untuk bayi. Kementerian Kesehatan (Kemenkes) mencatat, persentase pemberian ASI eksklusif bayi berusia 0-5 bulan sebesar 71,58% pada 2021. Angka ini menunjukkan perbaikan dari tahun sebelumnya yang sebesar 69,62% (Kemenkes, 2021).

Ketidakcukupan produksi ASI adalah alasan utama ibu untuk penghentian pemberian ASI, karena ibu merasa dirinya tidak mempunyai kecukupan produksi ASI untuk memenuhi kebutuhan bayi dan mendukung kenaikan berat badan bayi. Kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin menyebabkan penurunan produksi dan pengeluaran ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan yang berpengaruh terhadap kelancaran dan produksi ASI. ASI yang tidak lancar dapat disebabkan oleh beragam faktor, salah satunya karena munculnya perasaan cemas dan stres yang berlebihan, sehingga berdampak pada produksi ASI. Berbagai hambatan lainnya yang dihadapi untuk dapat menyusui secara optimal, salah satu yang terbesar adalah kurangnya dukungan bagi orang tua di tempat kerja (Randayani, 2021).

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. Keberhasilan menyusui merupakan upaya bersama, membutuhkan informasi yang benar, dan dukungan kuat untuk menciptakan lingkungan yang memungkinkan ibu dapat menyusui secara optimal (Randayani, 2021).

Penelitian lainnya dilakukan Hidayati, dkk (2018) rata-rata Pengeluaran ASI pada ibu menyusui sebelum dilakukan intervensi dan setelah dilakukan intervensi mengalami peningkatan. Rata-rata Pengeluaran ASI setelah dilakukan intervensi berupa pijatan

oksitosin sebesar 15.2 %, dan ada pengaruh peningkatan Pengeluaran ASI sebelum dan setelah dilakukan pijatan oksitosin pada ibu menyusui.

Sedangkan menurut penelitian dari Istirika (2020) yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Penurunan Kota Bengkulu terdapat pengaruh IMD dan frekuensi menyusui terhadap Pengeluaran ASI pada ibu menyusui. Variabel frekuensi menyusui lebih berpengaruh terhadap Pengeluaran ASI dibandingkan dengan variabel pijat oksitosin dan IMD.

METODE

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pra Eksperiment* rancangan *pretest and posttest without control group* dimana dari awal desain penelitian ini sudah dilakukan observasi melalui (*Pretest*) dahulu tanpa diberikan intervensi ataupun perlakuan, kemudian diberikan perlakuan atau intervensi sehingga dapat diketahui perubahan-perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi, tetapi dalam desain ini tidak ada kelompok kontrol sebagai pembandingan antar kelompok. Sebelumnya ibu di anjurkan untuk menyusui bayi terlebih dahulu, setelah itu payudara di kosong kan selama 2 jam dengan cara memompa atau memerah payudara dan diukur menggunakan gelas ukur (*pretest*) sebelumnya, setelah itu dilakukan pijat oksitosin selama 15-20 menit, setelah 2 jam kemudian perah kembali ASI dan di tampung ke gelas ukur (*posttest*). Hal ini untuk melihat perbandingan produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu menyusui hari pertama sampai ketiga sebanyak 10 orang di Desa Batang Kumu. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *sampling purposive*. Uji yang digunakan adalah *Uji T-Test dependen*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat dalam penelitian ini adalah untuh mengetahui distribusi frekuensi Pengeluaran ASI pada ibu menyusui sebelum dan sesudah dilakukan Pijat Oksitosin.

Tabel 1. Gambaran Pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan Pijat Oksitosin (*Pretest-Posttest*)

Variabel	N	Mean	SD
Pre Test	10	10,5	4,378
Post Test	10	23,5	6,678

Berdasarkan tabel 1. diketahui bahwa dari 10 responden Ibu Menyusui sebelum dilakukan pijat oksitosin rata-rata mengalami pengeluaran ASI 10,50 dengan standart deviasi 4,378 sedangkan sesudah dilakukan pijat oksitosin rata-rata mengalami pengeluaran ASI 23,50 dengan standart deviasi 6,687.

Tabel 2. Pengaruh Pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan Pijat Oksitosin (*Pretest-Posttest*)

Variabel	Mean	Std.Deviation	Sig. (2- tailed)
Pre Test-Post Test	-13.00	4,216	,000

Berdasarkan tabel 2. diketahui bahwa bahwa didapatkan hasil p -value 0,000 dimana p -value < 0,05 maka di simpulkan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin yang signifikan terhadap pengeluaran ASI pada ibu menyusui.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 10 responden ibu menyusui di desa Batang Kumu pada tahun 2023 dengan menggunakan *Uji T Dependen*, didapatkan hasil p -value (0,000) yang mana p -value < 0,05 yang dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu menyusui. Penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan Natalia (2019), yang mana dari 20 responden ibu *post partum* di RSUD Haji Medan didapatkan nilai rata-rata produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin dengan p value 0,00. Hal ini dapat terjadi dikarenakan pijat oksitosin pada ibu *post partum* dapat meningkatkan produksi ASI serta meningkatkan kenyamanan pada ibu, mengurangi sumbatan ASI. Serta terdapat juga faktor lain seperti dukungan suami dan keluarga yang memberikan efek positif untuk motivasi ibu sehingga psikologis ibu menjadi lebih baik.

Menurut asumsi peneliti memberikan terapi pijat oksitosin pada ibu menyusui adalah salah satu teknik untuk melancarkan pengeluaran ASI, dan dapat memperlancar ikatan antara suami dan istri karena suami akan lebih perhatian dalam melakukan pijat oksitosin sehingga dapat meningkatkan rasa nyaman ibu lebih baik lagi. Dalam penelitian ini responden mayoritas berumur 20-35 tahun dimana responden dalam masa reproduksi yang sehat sehingga ibu dalam kondisi psikologis yang baik dan siap untuk menyusui bayinya.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti dengan judul “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Ibu Menyusui Di Desa Batang Kumu Kecamatan Tambusai Tahun 2023” maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Rata-rata pengeluaran ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin adalah dari 10 responden ibu menyusui adalah nilai mean 10.50 dengan standart deviasi 4,378
2. Rata-rata pengeluaran ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin adalah dari 10 responden ibu menyusui didapatkan nilai mean 23,50 dengan standart deviasi 6,687.
3. Berdasarkan *uji T Test Dependen* yang dilakukan pada penelitian ini didapatkan hasil p -value 0,000 dimana p -value < 0,05 yang artinya ada pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI ibu menyusui di Desa Batang Kumu Kecamatan Tambusai tahun 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryani, Yeni. 2021. *Proses Lactasi Dan Teknik Pijat Oksitosin*. Pekanbaru : Malay Culture Studies
- Hidayahti, Gus. Dkk. 2018. *Pengaruh Pijatan Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Menyusui diakses dari* <http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/559/1/SKRIPSI%20GUS%20HIDAYAHITI.pdf>
- Istiarika. 2022. *Pengaruh Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Penurunan Kota Bengkulu. Dari* <http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/1536/1/SKRIPSI%20ISTIARIKA.pdf>

- Kartini, dkk. 2016. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Postpartum di Puskesmas Balarejo*. Diakses dari <https://jurnal.umt.ac.id/index.php/jik/article/download/1923/1504>
- Kemendes, RI. 2020. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1046/asi-eksklusif-diakses tanggal 4 November 2020
- Kemendes, RI. 2021. Di akses pada tanggal 13 Desember 2022 <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-2021.pdf>
- Lestari, Prasetya. 2021. *Pijat Oksitosin Laktasi Lancar, Bayi Tumbuh Sehat*. Yogyakarta : Elmatera
- Masturoh, Imas. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Kebayoran Baru Jakarta Selatan : Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan
- Natalia, Intan. 2019. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum di RSUD Haji Medan tahun 2019*. Dari <http://repository.helvetia.ac.id/2576/7/SKRIPSI%20INTAN%20NATALIA%20%281801032049%29.pdf>
- Profil Kesehatan Provinsi Riau. 2020. Diakses tanggal 4 November 2022 <https://dinkes.riau.go.id/sites/default/files/202201/Profil%20Kesehatan%20Provinsi%20Riau%20Tahun%202020.pdf> Halaman 96-99
- Putri, Andini Octaviana. 2020. *Air Susu Ibu (ASI) dan Upaya Keberhasilan Menyusui*. Baharbatu : CV. Mine
- Qiftiyah, Mariyatul. 2018. *Tingkat Kecemasan Ibu Post Partum Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Hari Ke-5 (di BPM Asri dan Polindes Permata Bunda Tuban*. Diakses pada tanggal 17 November 2022 dari <https://www.google.com/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0CAQQw7AJahcKEwjQ6Pb4irz7AhUAAAAAHQAAAAQAg&url=http%3A%2F%2Fdownload.garuda.kemdikbud.go.id%2Farticle.php%3Farticle%3D581877%26val%3D6684%26title%3DSTUDI%2520TINGKAT%2520KECEMASAN%2520IBU%2520POST%2520PARTUM%2520TERHADAP%2520KELANCARAN%2520ASI%2520PADA%2520IBU%2520NIFAS%2520HARI%2520KE5%2520DI%2520BPM%2520ASRI%2520DAN%2520POLINDES%2520PERMATA%2520BUNDATUBAN&psig=AOvVaw22udVSIHsMdWR2H0GPF17&ust=1668764348702092>
- Randayani, dinni. 2012. *Pijat Oksitosin Sebagai Langkah Awal Gentle Breatfeeding*. Malang : CV. Pustaka Learning Center
- Roulina, Yessy. 2018. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum di Klinik Sally Kecamatan Medan Tembung tahun*. Diakses pada tanggal 4 November 2022 dari <http://repo.poltekkes-medan.ac.id/jspui/bitstream/123456789/741/1/Skripsi%20Yessy%20Roulina%20Siregar...pdf>
- Saputri, Ika Nur, dkk. 2019. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum di Klinik Pratama Nining Pelawati*. Diakses di <https://jurnal.umt.ac.id/index.php/jik/article/download/1923/1504>
- Sibagariang, Eva Ellya, dkk. 2017. *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : CV Trans Info Media
- Triananingsi, Nurhidayat. 2019. *Pengaruh Terapi Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas di Puskesmas Caile Kabupaten Bulukamba*. Di akses pada

- tanggal 12 Desember 2022 melalui link <https://uit.e-journal.id/SemNas/article/download/710/602/>
- WHO. 2020. *Pekan Menyusui Dunia*. di akses tanggal 4 November 2022 <https://www.who.int/indonesia/news/detail/03-08-2020-pekan-menyusui-dunia-unicef-dan-who-menyerukan-pemerintah-dan-pemangku-kepentingan-agar-mendukung-semua-ibu-menyusui-di-indonesia-selama-covid-19>
- Yiyin. 2018. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum di RSIA Aisyiyah Samarinda* dari <http://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/850/2/Skripsi%20Yiyin%20Repository.pdf>
- Yuliani, Diki Retno. 2021. *Modul Kelas Persiapan Menyusui*. Semarang : Politeknik Kesehatan Kemenkes
- Yuliani, Endang, dkk (2018). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum di PMB Ny. Y Desa Ketangirejo Kab. Pasuruan*. Diakses pada tanggal 12 Desember 2022