

# PENGARUH TERAPI PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KELANCARAN ASI PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS M. TAHA BENGKULU SELATAN

Silviani, Yulita Elvira<sup>1\*</sup>, Fitriani, Desi<sup>2</sup>, Fitri, Elma<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu, Indonesia

\*Korespondensi: [vivielvira92@gmail.com](mailto:vivielvira92@gmail.com)

## ABSTRACT

**Background:** The coverage of infants who received exclusive breastfeeding at the M. Taha Health Center was 59.26%, the last of the 14 health centers in Bengkulu Selatan Regency, due to one of the reasons for the lack of milk production. Oxytocin massage is one solution to overcome the non-smooth milk production. **Purpose:** The purpose of this research is to study the effect of oxytocin massage therapy on the smoothness of breast milk in post partum's women in the M. Taha Health Center, Bengkulu Selatan Regency. **Method:** This is research uses a pre-experimental with the One Group Pre-Test and Post Test Design Method. The population is all post partum's women <24 hours in the working area of the M. Taha Health Center, Bengkulu Selatan Regency. Sampling used the Accidental Sampling technique, with a sample of 16 respondents. Data collection using interview techniques and oxytocin massage therapy treatment. **Results:** The results showed that from 16 respondents, the average value of the smoothness breast milk before the oxytocin massage treatment was 4.19 and the average value of the smoothness breast milk after the oxytocin massage treatment was 8.38. **Conclusion:** There is an effect of oxytocin massage therapy on the smoothness breast milk in post partum's women in the Working Area of the M. Taha Health Center Bengkulu Selatan Regency. It is recommended to the Puskesmas that oxytocin massage therapy can be used as a permanent procedure as a post partum's service at the Puskesmas and teach/socialize to mothers about oxytocin massage and its benefits for breast milk mothers.

*Keywords: Oxytocin massage; Breast milk smoothness*

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Cakupan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif di Puskesmas M. Taha sebesar 59,26%, urutan terakhir dari 14 Puskesmas di Kabupaten Bengkulu Selatan, disebabkan salah satunya karena ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. **Tujuan:** Tujuan penelitian untuk mempelajari pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas M. Taha Bengkulu Selatan. **Metode:** Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *Pra-Experiment*, dengan rancangan *One Group Pre-Test and Post Test*. Populasi adalah

seluruh ibu nifas <24 jam di wilayah puskesmas M. Taha Kabupaten Bengkulu Selatan. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Accidental sampling*, dengan jumlah sampel 16 responden. Pengumpulan data dengan menggunakan teknik wawancara serta perlakuan terapi pijat oksitosin. **Hasil:** Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 16 orang responden, rata-rata nilai kelancaran ASI sebelum perlakuan pijat oksitosin sebesar 4,19 dan rata-rata nilai kelancaran ASI sesudah perlakuan pijat oksitosin sebesar 8,38. **Kesimpulan:** Ada pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas M. Taha Bengkulu Selatan. Disarankan kepada Puskesmas agar terapi pijat oksitosin dapat dijadikan sebagai prosedur tetap sebagai pelayanan ibu nifas di Puskesmas dan mengajarkan/ mensosialisasikan kepada ibu tentang pijat oksitosin serta manfaatnya bagi ibu menyusui.

*Kata Kunci: Pijat Oksitosin; Kelancaran ASI*

## **PENDAHULUAN**

Dari data dunia terdapat 44% bayi berusia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif pada periode 2015-2020. Pada sidang kesehatan dunia ke-65, negara-negara anggota *World Health Organization* (WHO) menetapkan target di tahun 2025 bahwa sekurang-kurangnya 50% dari jumlah bayi dibawah usia enam bulan diberi ASI eksklusif. Di Asia Tenggara capaian ASI eksklusif menunjukkan angka yang tidak banyak perbedaan. Sebagai perbandingan, cakupan ASI eksklusif di India sudah mencapai 46%, di Filipina 34%, di Vietnam 27% dan di Myanmar 24% (WHO,2021)

Secara nasional, cakupan bayi mendapat ASI eksklusif di Indonesia tahun 2020 yaitu sebesar 66,06%. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2020 yaitu 40%. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Provinsi Nusa Tenggara Barat (87,33%), sedangkan persentase terendah terdapat di Provinsi Papua Barat (33,96%). Terdapat empat provinsi yang belum mencapai target Renstra tahun 2020, yaitu Maluku dan Papua Barat (Kemenkes RI, 2021)

ASI merupakan nutrisi yang tepat buat bayi. Kandungan ASI sangat dibutuhkan oleh bayi, dimana bayi usia 0 – 6 bulan telah terpenuhi kebutuhan gizinya bila hanya mengkonsumsi ASI saja. Selain itu tubuh bayi hanya mampu mengolah atau mencerna gizi yang ada di dalam ASI. Selain ASI bayi akan mengalami kesulitan dalam mencerna gizi. ASI merupakan makanan yang

mengandung gizi terlengkap dan kompleks yang terdiri dari : air, protein, lemak, DHA dan ARA, karbohidrat, vitamin, enzim, garam dan mineral, faktor pertumbuhan, antibiotik dan antivirus (Kurniawati, 2020).

Pemberian ASI penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. ASI mengandung ASI pertama yang tinggi antibodi karena mengandung protein dari sistem kekebalan dan bakterisida tingkat tinggi, dan menyusui hanya dapat mengurangi risiko kematian bayi. Dari hari ke-1 hingga ke-3, susu pertama berwarna kekuningan. ASI dari hari ke 4 hingga hari ke 10 memiliki lebih sedikit imunoglobulin, protein, laktosa, lebih banyak lemak dan kalori, dan putih ASI dibandingkan ASI pertama. ASI tidak hanya mengandung nutrisi, tetapi juga zat yang dapat diserap dalam bentuk enzim unik yang tidak mengganggu enzim di usus. Karena susu formula tidak mengandung enzim, penyerapan makanan bergantung pada enzim di usus bayi. Zat anti infeksi dalam ASI melindungi bayi dari berbagai penyakit (Ibrahim,2021).

Kelancaran produksi ASI dapat di ukur dengan menggunakan indikator kelancaran ASI yang dilihat dari indikator ibu dan bayi. Dimana indikator pada bayi meliputi: Bayi kencing setidaknya 6 kali dlm 24 jam dan warnanya jernih sampai kuning muda. Bayi sering BAB berwarna kekuningan “berbiji”. Bayi tampak puas, sewaktu-waktu merasa lapar, bangun dan tidur cukup. Bayi setidaknya menyusu 10-12 kali dlm 24 jam. Payudara ibu terasa lembut dan kosong setiap kali selesai menyusui. Ibu dapat merasakan rasa geli karena aliran ASI, setiap kali bayi mulai menyusu. Bayi bertambah berat badannya, bayi terlihat sehat dan berat badannya naik setelah 2 minggu pertama (100-200 gram setiap minggu) (Mustika, 2018).

Ibu post partum dengan persalinan normal terutama pada ibu primipara, persalinan merupakan pengalaman yang pertama sehingga dapat menyebabkan stres saat persalinan maupun setelah persalinan. Stres yang dialami ibu primipara dapat meningkatkan kadar hormon kortisol yang menyebabkan menurunnya kadar hormon oksitosin sehingga mengakibatkan keterlambatan onset laktasi (Astutik, 2019).

Kesehatan ibu baik fisik maupun psikis serta keadaan payudara ibu juga mempengaruhi proses laktasi merupakan hasil interaksi kompleks antara status nutrisi, keadaan kesehatan serta keadaan payudara ibu yang nantinya akan berpengaruh pada produksi dan pengeluaran ASI (Carpenito, 2019).

Penurunan pencapaian ASI eksklusif dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain produksi ASI berkurang yang disebabkan oleh hormon dan persepsi ibu tentang ASI yang tidak cukup. Faktor produksi dan pengeluaran ASI dalam tubuh dipengaruhi oleh dua hormon, yaitu prolaktin dan oksitosin. Untuk mengatasi masalah pengeluaran ASI yang disebabkan oleh menurunnya stimulasi hormon oksitosin yaitu dengan sering menyusui, ini kunci terpenting untuk meningkatkan produksi ASI. Produksi ASI akan lancar jika payudara sebagai gudang ASI terus-menerus dirangsang. Caranya, tingkatkan frekuensi bayi menyusui selama 72 jam pertama kelahirannya atau dengan memerah ASI. Semakin sering penyaluran ASI dengan isapan bayi, produksi ASI akan meningkat secara alamiah. Selain itu bisa juga dilakukan pijat oksitosin. Tindakan tersebut dapat membantu memaksimalkan produksi oksitosin, reseptor prolaktin dan meminimalkan efek samping dari tertundanya proses menyusui oleh bayi (Mustika, 2019).

Pijat oksitosin merupakan pemijatan pada tulang belakang yang di mulai pada tulang belakang sampai tulang *costae* kelima – keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan sehingga pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI (Sulaeman, 2019).

Hasil penelitian Juwita (2020), menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin bisa dilakukan kemanapun ibu mau dengan durasi 3-5 menit, lebih disarankan sebelum menyusui atau memerah ASI. sehingga untuk mendapatkan jumlah ASI yang optimal dan baik, sebaiknya pijat oksitosin dilakukan setiap hari dengan durasi 3-5 menit.

Dinkes Prov. Bengkulu tahun 2021, menyatakan bahwa ASI eksklusif adalah pemberian ASI sedini dan sebanyak mungkin sejak bayi dilahirkan hingga

bayi berusia 6 bulan tanpa tambahan cairan ataupun makanan lain, bahkan air putih sekalipun. Dengan kata lain, ASI eksklusif berarti hanya ASI sebagai makanan satu-satunya, tanpa tambahan apapun. Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi usia 0-6 bulan di Provinsi Bengkulu tahun 2020 sebanyak 15.977 (73%) (Dinas kesehatan Provinsi Bengkulu, 2021).

Dinkes Bengkulu Selatan tahun 2022, menyatakan bahwa tercatat jumlah bayi usia 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2021 dari 14 Layanan. Urutan pertama terbanyak terdapat bayi mendapatkan ASI eksklusif sebanyak 93,93% yaitu Puskesmas Masat, menyusul Puskesmas Lubuk Tapi sebanyak 92,40%, urutan ke tiga Puskesmas Anggut yaitu 87,30%. Urutan terakhir ada pada Puskesmas M. Taha yaitu sebanyak 59,26% (Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu Selatan, 2022).

Berdasarkan data yang tercatat di Puskesmas M. Taha, didapatkan data bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif yaitu sebanyak 152 (70,70%) pada tahun 2020 dan menurun menjadi 176 (59,26%) pada tahun 2021 (Puskesmas M. Taha, 2022). Survey awal yang dilakukan peneliti pada 15 Maret sampai dengan 21 Maret tahun 2022, didapatkan ada 10 orang ibu yang membawa bayinya berkunjung ke layanan Puskesmas M. Taha yang tidak memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Dari 10 orang ibu tersebut menyatakan bahwa mengalami kekurangan produksi ASI sehingga menggunakan susu tambahan untuk mencukupi asupan bayinya. Responden menyatakan juga belum pernah diajarkan oleh bidan atau tim KIA (Kesehatan Ibu dan Anak) tentang bagaimana cara pijat oksitosin serta manfaatnya.

Rumusan masalah penelitian adalah “Apakah ada pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas M. Taha Bengkulu Selatan?”. Tujuan penelitian untuk Mempelajari pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas M. Taha Bengkulu Selatan.

## **METODE**

Jenis penelitian yang dilakukan adalah *pra-experiment*, dengan rancangan *one group pre-test and post test*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu

nifas <24 jam di wilayah puskesmas M. Taha Kabupaten Bengkulu Selatan pada tanggal 16 Agustus 2022 sampai dengan 16 September 2022 Yaitu sebanyak 32 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *Accidental sampling*, sebanyak 16 responden responden diambil dengan melihat persalinan normal yang ada di wilayah puskesmas M.Taha sesuai tgl penelitian yang telah ditentukan. kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu ibu bersedia menjadi responden, tidak memiliki riwayat penyakit yang berhubungan dengan payudara (tumor/kanker), tidak memiliki kelainan pada payudara, dan usia reproduktif 25-35 tahun. Kriteria Eksklusi penelitian ini yaitu ibu Dengan kelainan Anatomi payudara dan Ibu Memiliki Riwayat penyakit tumor atau kanker payudara. Pengumpulan data menggunakan instrument berupa SOP dan kuesioner/lembar observasi yang mengadopsi dan modifikasi dari Naziroh (2017). pengumpulan data pre test dan post test dilakukan pada ibu nifas Untuk mengetahui pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas digunakan uji *Paired Sampel t-test*.

## HASIL

### Uji Normalitas Data

Untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak maka digunakan uji *Shapiro Wilk*. Uji *Shapiro Wilk* dipilih karena jumlah sampel dalam penelitian termasuk kategori jumlah sampel kecil (<50 sampel).

Tabel 1. Uji Normalitas Data *Shapiro Wilk*

Variabel	P-Value	$\alpha=0,05$	Keterangan
Kelancaran ASI Sebelum (Pre-test)	0,267	$P>\alpha$	Berdistribusi normal
Kelancaran ASI Sesudah (Post-test)	0,063	$P>\alpha$	Berdistribusi normal

Tabel 1 bahwa hasil uji Shapiro Wilk untuk data kelancaran ASI sebelum perlakuan pijat oksitosin diperoleh nilai P-value =  $0,267>0,05$  tidak signifikan, artinya data kelancaran ASI sebelum perlakuan pijat oksitosin berdistribusi normal. Untuk data kelancaran ASI sesudah perlakuan pijat oksitosin diperoleh nilai P-value =  $0,063>0,05$  tidak signifikan, artinya data kelancaran ASI sesudah perlakuan

pijat oksitosin berdistribusi normal. Karena kedua kelompok data tersebut berdistribusi normal, maka digunakan Uji t dua sampel berhubungan (Paired t-test).

### Analisis Univariat

Analisis ini dilakukan untuk mendapatkan gambaran tentang karakteristik responden, kelancaran ASI sebelum dan sesudah terapi pijat oksitosin.

Tabel 2. Gambaran Kelancaran ASI pada Ibu Nifas Sebelum Dilakukan Pijat Oksitosin di Wilayah Kerja Puskesmas M. Taha Bengkulu Selatan

Kelancaran ASI Sebelum Pijat Oksitosin	Frekuensi	Persentase (%)	Mean	Standar Deviasi
Kurang Lancar	13	81,2	4,19	1,377
Cukup Lancar	3	18,8		
Lancar	0	0,00		
Jumlah	16	100		

Tabel 2 bahwa dari 16 responden yang dijadikan sebagai sampel atau subjek perlakuan, kelancaran ASI sebelum pijat oksitosin kurang lancar berjumlah 13 orang (81,2%), kelancaran ASI sebelum pijat oksitosin cukup lancar berjumlah 3 orang (18,8%), dan kelancaran ASI sebelum pijat oksitosin lancar berjumlah 0 (0,00%). Rata-rata nilai kelancaran ASI sebelum perlakuan pijat oksitosin sebesar 4,19 (kurang lancar) dengan Std. deviasi = 1,377.

Tabel 3. Gambaran Kelancaran ASI pada Ibu Nifas Sesudah Dilakukan Pijat Oksitosin di Wilayah Kerja Puskesmas M. Taha Bengkulu Selatan

Kelancaran ASI Sesudah Pijat Oksitosin	Frekuensi	Persentase (%)	Mean	Standar Deviasi
Kurang Lancar	1	6,2	8,38	1,544
Cukup Lancar	3	18,8		
Lancar	12	75,0		
Jumlah	16	100		

Tabel 3 bahwa dari 16 responden yang dijadikan sebagai sampel atau subjek perlakuan, kelancaran ASI sesudah pijat oksitosin kurang lancar berjumlah 1 orang (6,2%), kelancaran ASI sesudah pijat oksitosin cukup lancar berjumlah 3 orang (18,8%), dan kelancaran ASI sesudah pijat oksitosin lancar berjumlah 12 orang (75,0%). Rata-rata nilai kelancaran ASI sesudah perlakuan pijat oksitosin sebesar 8,38 (lancar) dengan Std. deviasi = 1,544.

Tabel 4. Tabulasi Silang Kelancaran ASI Sebelum Pijat Oksitosin dengan Kelancaran ASI Sesudah Pijat Oksitosin di Wilayah Kerja Puskesmas M. Taha Bengkulu Selatan

Kelancaran ASI	Kelancaran ASI Sesudah Pijat Oksitosin			Total	
	Cukup Lancar	Kurang Lancar	Lancar		
Kelancaran ASI Sebelum Pijat Oksitosin	Cukup Lancar	0	0	3	3
	Kurang Lancar	3	1	9	13
	Total	3	1	12	16

Pada Tabel 4 tampak bahwa kelancaran ASI sebelum pijat oksitosin cukup lancar berjumlah 3 orang, sesudah pijat oksitosin berubah menjadi semuanya lancar. Kelancaran ASI sebelum pijat oksitosin kurang lancar berjumlah 13 orang, sesudah pijat oksitosin berubah menjadi 3 orang cukup lancar, 1 orang tetap kurang lancar dan 9 orang menjadi lancar.

#### Analisis Bivariat

Analisis ini digunakan untuk mengetahui pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas. Untuk mengetahui perbedaan kelancaran ASI sebelum dan sesudah intervensi atau perlakuan terapi pijat oksitosin digunakan uji statistik *Compared Mean Paired t-test* menggunakan SPSS dengan nilai kepercayaan  $\alpha$  0,05, sebagai berikut ini:

Tabel 5. Pengaruh Terapi Pijat Oksitosin terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas M. Taha Bengkulu Selatan

Kelancaran ASI	r	t	P-Value
Kelancaran ASI Sebelum - Kelancaran ASI Sesudah	0,592	12.617	0.000

Tabel 5 tampak hubungan antara kelancaran ASI sebelum pijat oksitosin dengan kelancaran ASI sesudah pijat oksitosin, didapat nilai korelasi  $r = 0,592$  dengan  $p\text{-value} = 0,016 < 0,05$  signifikan, dengan kategori hubungan sedang karena terletak dalam interval 0,40 – 0,60.

Hasil uji statistik *Compared Mean Paired t-test* satu sampel saling berhubungan didapatkan nilai  $t\ test = 12.617$  dengan  $P\text{-Value} = 0,000 < 0,05$  berarti ada perbedaan kelancaran ASI pada ibu nifas sebelum dan sesudah perlakuan terapi pijat oksitosin. Nilai  $p=0,000 < \alpha=0,05$  berarti signifikan. Jadi  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas M. Taha Bengkulu Selatan.

## **PEMBAHASAN**

### **Gambaran Kelancaran ASI pada Ibu Nifas Sebelum Dilakukan Pijat Oksitosin di Wilayah Kerja Puskesmas M. Taha Bengkulu Selatan**

Pada penelitian ini didapatkan dari 16 responden yang dijadikan sebagai sampel atau subjek perlakuan mempunyai rata-rata nilai kelancaran ASI sebelum perlakuan pijat oksitosin sebesar 4,19. Berdasarkan hasil wawancara sebelum perlakuan terapi pijat oksitosin, 16 responden memperlihatkan ASI tidak merembes keluar melalui puting, 16 responden mengatakan payudara tidak terasa tegang sebelum disusukan, 14 responden mengatakan bayi tidak tertidur/tenang 3-4 jam setelah menyusui, 5 responden mengatakan Bayi tidak buang air kecil (BAK) 6-8 kali dalam satu hari, 4 responden mengatakan bayi tidak buang air besar (BAB) sebanyak 3-4 kali sehari, 12 responden mengatakan bayi menyusui <8 kali dalam 24 jam, 15 responden mengatakan tidak dapat mendengar suara menelan ketika bayi menelan ASI, 10 responden mengatakan tidak dapat merasakan rasa geli karena aliran ASI setiap kali bayi mulai menyusui, serta 15 responden mengatakan warna urin bayi kuning jernih, serta 16 responden mengatakan bayi mengeluarkan BAB yang berwarna hijau pekat, kental dan lengket.

Faktor responden yang mempengaruhi kelancaran ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin ini diantaranya faktor fisiologis dimana produksi ASI belum sepenuhnya lancar pada hari-hari pertama kelahiran, adanya faktor kelelahan dari ibu sehabis melahirkan, adanya kecemasan ibu tidak mampu menyusui bayinya, serta isapan bayi yang masih kurang. Hasil ini didukung oleh wiji 2020, bahwa untuk memproduksi ASI yang baik, maka kondisi kejiwaan dan pikiran harus tenang. Keadaan psikologis ibu yang tertekan, sedih dan tegang akan menurunkan

volume ASI. Disamping itu isapan mulut bayi akan menstimulus hipotalamus pada bagian hipofisis anterior dan posterior. Isapan bayi tidak sempurna, frekuensi menyusui yang jarang serta puting susu ibu yang sangat kecil akan membuat produksi hormon oksitosin dan hormon prolaktin akan terus menurun dan produksi ASI terganggu. Sebaliknya semakin sering bayi menyusui pada payudara ibu, maka produksi dan pengeluaran ASI akan semakin banyak.

Hasil ini juga didukung oleh penelitian Naziroh 2017, bahwa tidak semua ibu post partum langsung mengeluarkan ASI pada hari-hari pertama kelahiran, karena pengeluaran ASI merupakan suatu interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, saraf dan bermacam-macam hormon yang berpengaruh terhadap pengeluaran oksitosin. Pengeluaran hormon oksitosin selain dipengaruhi oleh isapan bayi juga dipengaruhi oleh reseptor yang terletak pada sistem duktus, bila duktus melebar atau menjadi lunak maka secara reflektoris dikeluarkan oksitosin oleh hipofise yang berperan untuk memeras air susu dari alveoli, oleh karena itu perlu adanya upaya mengeluarkan ASI untuk beberapa ibu post partum.

### **Gambaran Kelancaran ASI pada Ibu Nifas Sesudah Dilakukan Pijat Oksitosin di Wilayah Kerja Puskesmas M. Taha Bengkulu Selatan**

Pada penelitian ini didapatkan dari 16 responden yang dijadikan sebagai sampel atau subjek perlakuan mempunyai rata-rata nilai kelancaran ASI sesudah perlakuan terapi pijat oksitosin sebesar 8,38. Data ini menunjukkan bahwa rata-rata nilai kelancaran ASI sesudah perlakuan terapi pijat oksitosin mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan sebelum dilakukan pijat oksitosin. Hal ini menunjukkan bahwa terapi atau perlakuan pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan kelancaran ASI pada ibu nifas, terutama jika pijat oksitosin tersebut dilakukan dengan benar dan teratur. Kelancaran ASI pada ibu nifas setelah intervensi pijat oksitosin sebagian besar mengalami peningkatan, dimana 9 dari 13 responden yang sebelumnya mengalami kelancaran ASI kurang lancar menjadi lancar setelah terapi pijat oksitosin dan 3 responden menjadi cukup lancar setelah terapi pijat oksitosin. Disamping itu dari 3 responden yang sebelumnya mengalami kelancaran ASI cukup lancar, seluruhnya menjadi lancar setelah terapi pijat oksitosin.

Pada penelitian ini terdapat 1 responden yang tidak mengalami kelancaran ASI setelah dilakukan terapi pijat oksitosin, yang ditandai dengan ASI responden belum merembes keluar melalui puting, payudara belum terasa tegang sebelum menyusui, bayi hanya tertidur 1-2 setelah menyusui, Bayi menyusui kurang dari 8 kali dalam 24 jam, dan Ibu belum dapat mendengar suara menelan yang pelan ketika bayi menelan ASI. Hal ini disebabkan oleh faktor asupan makan dimana responden mengatakan sehabis melahirkan ia belum mempunyai nafsu untuk makan sehingga hanya makan sedikit. Disamping itu dipengaruhi oleh faktor umur responden dimana responden tersebut sudah berusia 39 tahun dan merupakan ibu multipara.

Menurut Saputri et al., (2019), bahwa setelah dilakukan pijat oksitosin sebagian besar produksi ASI lancar. Pemijatan adalah salah satu terapi nonfarmakologis untuk mengurangi ketidaknyamanan dan membantu relaksasi. Ketika ibu merasa rileks maka akan menurunkan kadar epinefrin dan non-epinefrin dalam darah sehingga ada keseimbangan. Pijat yang dilakukan di bagian punggung dapat merangsang pengeluaran hormon endorfin, hormon ini berfungsi untuk memberikan rasa santai dan menimbulkan ketenangan sehingga pemijatan dapat menurunkan ketegangan otot. Pada bagian punggung sering sekali terjadi ketegangan otot, tetapi dengan dilakukannya pijat oksitosin maka akan memberikan kenyamanan pada daerah punggung, yang secara otomatis akan merangsang keluarnya hormon oksitosin (*refleks let down*) sehingga dapat merangsang pengeluaran ASI pada ibu menyusui.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Delima et al., (2016), yang mendapatkan bahwa umur merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI, ibu yang lebih muda (21-35 tahun) akan lebih banyak memproduksi ASI dibandingkan dengan ibu yang berusia lebih tua (>35 tahun). Selain itu beberapa hal lainnya juga turut mempengaruhi produksi ASI seperti makanan, frekuensi penyusuan, umur kehamilan saat melahirkan dan berat lahir bayi, stres dan penyakit akut, konsumsi rokok, konsumsi alkohol, dan pil kontrasepsi. Mayasari et al (2017) juga menyatakan bahwa usia 20-30 tahun adalah usia dimana

akan lebih banyak memproduksi ASI dibandingkan usia ibu menyusui yang lebih tua.

### **Pengaruh Terapi Pijat Oksitosin terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas M. Taha Bengkulu Selatan**

Pada penelitian ini berdasarkan hasil uji statistik *Compared Mean Paired t-test* satu sampel saling berhubungan didapatkan nilai mean sebelum dan sesudah perlakuan terapi pijat oksitosin sebesar -4.187, yang bermakna bahwa terjadi peningkatan rata-rata nilai kelancaran ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin. Nilai *t test* = 12.617 dengan P-Value = 0,000 < 0,05 berarti ada perbedaan kelancaran ASI pada ibu nifas sebelum dan sesudah perlakuan terapi pijat oksitosin. Nilai negatif pada -12.617 menunjukkan bahwa nilai kelancaran ASI pada ibu nifas sebelum perlakuan terapi pijat oksitosin lebih kecil daripada nilai kelancaran ASI pada ibu nifas sesudah perlakuan terapi pijat oksitosin atau dengan kata lain terapi pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan kelancaran ASI pada ibu nifas. Nilai  $p=0,000 < \alpha=0,05$  berarti signifikan. Jadi  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas M. Taha Bengkulu Selatan.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Pilaria (2018), mendapatkan hasil bahwa produksi ASI meningkat pada ibu post partum setelah diberikan intervensi pijat oksitosin dan hasil uji statistik menyimpulkan terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Pejeruk. Penelitian Saputri (2019), mendapatkan ada pengaruh yang signifikan terhadap produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin pada Ibu Postpartum di Klinik Pratama Nining Pelawati.<sup>16</sup> dan Penelitian yang dilakukan oleh Ibrahim (2020), mendapatkan hasil bahwa responden yang dilakukan pijat oksitosin mengalami peningkatan produksi ASI dibanding responden yang dilakukan teknik pijat oksitosin.

Pijat oksitosin dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI. Tindakan ini diperkuat dengan penelitian terkait yang dilakukan oleh Asih (2020), yang menyimpulkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara pijat oksitosin terhadap produksi ASI. Selain merangsang *reflex let down*, manfaat pijat oksitosin

adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit. Menurut Juwariah (2018), pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pemijatan pada sepanjang tulang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan.

Naziroh (2017), bahwa 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 pengeluaran air susu ibu, dibantu dengan isapan bayi pada putting susu pada saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal. Secara fisiologis pijat oksitosin merangsang refleks oksitosin atau *let-down* untuk mensekresi hormon oksitosin ke dalam darah. Oksitosin ini menyebabkan sel-sel miopitelium di sekitar alveoli berkontraksi dan membuat ASI mengalir dari alveoli ke duktuli menuju sinus dan putting kemudian dihisap oleh bayi. Semakin lancar pengeluaran ASI semakin banyak pula produksi ASI (Naziroh, 2017).

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan pijat oksitosin sejak hari pertama kurang lebih 6 jam setelah persalinan. Karena secara teori, menurut Marmi dalam Yuventhia (2018), pijat oksitosin dapat diberikan pada saat minimal 2 jam setelah ibu post partus atau pasca persalinan, karena dengan dilakukan pemijatan dapat mempercepat produksi ASI. Otak bagian belakang akan menyampaikan perintah ke saraf parasimpatis sehingga hormon oksitosin dapat cepat keluar. Waktu pelaksanaan yang tepat untuk pijat oksitosin adalah sebelum menyusui atau memerah ASI, lebih di sarankan. Efek pemijatan dapat dilihat reaksinya setelah 6 sampai 12 jam pemijatan.

Berdasarkan teori dan hasil penelitian di atas, peneliti berpendapat bahwa dengan melakukan pijat oksitosin akan memberikan rileks, tenang, dan nyaman

sehingga akan meningkatkan hormon oksitosin dan akan meningkatkan pengeluaran ASI. Kelancaran ASI sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya umur, gizi atau asupan makan, emosional, psikis, fisiologis ibu, dan paritas. Hal ini terbukti dari pijat oksitosin yang dilakukan sesuai prosedur tetapi kelancaran ASI tetap kurang lancar, yang disebabkan karena faktor umur dan asupan makanan. Untuk itu pentingnya dilakukan pijat oksitosin untuk meningkatkan kelancaran ASI ibu. Pijat oksitosin dapat membantu merangsang proses pengeluaran ASI karena efeknya yang membuat ibu merasa nyaman sehingga akan membantu untuk pengeluaran oksitosin. Terbukti dari hasil penelitian, bahwa ibu yang kelancaran ASInya kurang lancar, setelah dilakukan pemijatan kelancaran ASInya meningkat dan ASI lebih banyak keluar.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Ada pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas M. Taha Bengkulu Selatan. Disarankan kepada Puskesmas agar terapi pijat oksitosin dapat dijadikan sebagai prosedur tetap sebagai pelayanan ibu nifas di Puskesmas dan mengajarkan/ mensosialisasikan kepada ibu tentang pijat oksitosin serta manfaatnya bagi ibu menyusui.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Asih, Y. (2020). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Dan Produksi Asi Pada Ibu Nifas*. Jurnal Keperawatan, 5(2), 61–70. <https://doi.org/10.52221/jurkes.v5i2.37>.
- Astutik, et.al. (2019). *Method (Stimulation Endorphin, Oxytosin and Sugestive) to Increase*
- Carpenito, L J. (2019). *Diagnosa Keperawatan Aplikasi Pada Praktik Klinis. Alih Bahasa Eka Anisa Mardella Edisi 9*. Jakarta: EGC
- Delima, M., et.al. (2016). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui Di Puskesmas Plus Mandiangin*. Jurnal Ipteks Terapan, 9(4), 283–293. <https://doi.org/10.22216/jit.2015.v9i4.1238>
- Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Bengkulu. (2021)*. Bengkulu: Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu.

- Dinas Kesehatan Bengkulu Selatan. (2022). *Profil Kesehatan Bengkulu Selatan. (2021)*. Bengkulu Selatan: Dinkes Kabupaten Bengkulu Selatan.
- Ibrahim, F. (2021). *Penerapan Pijat Oksitosin dan Marmet untuk Meningkatkan Produksi ASI Ibu Nifas*. *Journal Midwifery Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Gorontalo*, 6(2), 73. <https://doi.org/10.52365/jm.v6i2.317>
- Juwita, S., & Febriani, A. (2020). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki*. Call for Paper Seminar Nasional Kebidanan, 84–89.
- Juwariah., et.al. (2018). *Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum*. *Wellness and Healthy Magazine*, 21(3), 174–178.
- Kemendes RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kurniawati, D. (2020). *Faktor Determinan yang Mempengaruhi Kegagalan Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi Usia 6-12 Bulan di Kelurahan Mulyorejo Wilayah Kerja Puskesmas Mulyorejo Surabaya*. *Jurnal Promkes Indonesia* 2(1): 15-27.
- Mayasari, T. W., Susanti, Y., & PH, L. (2017). *Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI Ibu Post Partum*. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 7–40.
- Mustika, D. N., et.al. (2018). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas*. In *Akademi Kebidanan Griya Husada Surabaya*.
- Naziroh, U. (2017). *Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Primipara di Desa Segodobancang Kecamatan Tarik, Kabupaten Sidoarjo*. Skripsi, 87
- Pilaria, E., & Sopiatur, R. (2018). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Pejeruk Kota Mataram Tahun 2017*. *Jurnal Kedokteran Yarsi*, 26(1), 27–33.
- Puskesmas M. Thaha Kabupaten Bengkulu Selatan (2022). *Buku Register Ibu Hamil*. Bengkulu Selatan: Puskesmas M. Thaha Kabupaten Bengkulu Selatan.
- Sulaeman, R., et.al. (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>
- Saputri, I. N., et.al. (2019). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum*. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 2(1), 68–73. <https://doi.org/10.35451/jkk.v2i1>

- Yuventhia, D. S. (2018). *Efektifitas durasi waktu pemberian pijat oksitosin terhadap kelancaran Asi pada ibu post partum di RSUD kota Madiun*. 4, 8.
- WHO. (2021). *World Breastfeeding Week UNICEF and WHO call on the Government and employers to support breastfeeding mothers in Indonesia*. *Engineering, Construction and Architectural Management*, 25(1), 1–9.
- Wiji, R.N. (2020). *ASI dan Panduan Ibu Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.