

# **Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Bpm Ade Irma Batubara Kabupaten Deli Serdang Tahun 2022**

**Putri Dewi Sari Ujung**

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Email: [putridewi081096@gmail.com](mailto:putridewi081096@gmail.com)

**Basaria Manurung**

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Email: [basariamanurung31@gmail.com](mailto:basariamanurung31@gmail.com)

Alamat: Jl. Pintu Air IV Jl. Ps. VIII No.Kel, Kwala Bekala, Kec. Medan Johor, Kota Medan,

Sumatera Utara 20142;Telepon: (061) 8367405

Korespondensi penulis: [putridewi081096@gmail.com](mailto:putridewi081096@gmail.com)

## **Abstract.**

*Oxytocin massage is a stimulation that can provide a let down reflex and can help stimulate the release of the hormone oxytocin so as to maintain milk production and provide a sense of security and comfort to the mother. This type of research uses a quasi-experimental method using a one group pretest-posttest design. The number of samples used was 35 people. The results obtained based on the statistical test output are known to be Asymp values. Sig. (2-tailed) of 0.000. Because it has a value of  $0.000 < 0.05$ ,  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. This means that there is an effect of oxytocin massage on milk production in postpartum mothers at BPM Ade Irma, Deli Serdan Regency, in 2022.*

**Keywords:** *Octocine Massage, ASI*

## **Abstrak.**

Pijat oksitosin merupakan stimulasi yang dapat memberikan refleks let down dan dapat membantu merangsang pelepasan hormon oksitosin sehingga mempertahankan produksi ASI serta memberikan rasa aman dan nyaman pada ibu. jenis penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen menggunakan one group pretest- posttest design. Jumlah sampel yang digunakan adalah 35 orang. Hasil yang diperoleh berdasarkan output test statistic diketahui nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000. Karena memiliki nilai  $0,000 < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya bahwa ada Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada ibu Nifas Di BPM Ade Irma Kabupaten Deli Serdan Tahun 2022.

**Kata kunci :** Pijat Oktosin, ASI

## LATAR BELAKANG

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang paling penting dan bergizi untuk bayi baru lahir sampai bayi berusia kurang dari 6 bulan atau lebih. Menurut Utami (2005) bayi diajarkan untuk disusui selama 6 bulan pertama kehidupan dan pemberian ASI dilanjutkan dengan didampingi makanan pendamping ASI, idealnya selama 2 tahun kehidupan. Perlindungan terhadap infeksi paling besar terjadi selama beberapa bulan pertama kehidupan pada bayi yang mendapat ASI secara eksklusif. Lebih lama bayi mendapat ASI akan memberikan efek proteksi yang lebih kuat. Pada 6 bulan pertama air, jus dan makanan lain secara umum tidak dibutuhkan oleh bayi (Siregar A.2018).

Menurut World Health Organisation (WHO), Hanya 44% dari bayi baru lahir di dunia yang mendapatkan ASI dalam waktu satu jam pertama sejak lahir, bahkan masih sedikit bayi dibawah usia 6 bulan disusui secara eksklusif. cakupan pemberian ASI eksklusif di Afrika Tengah sebanyak 25%, Amerika Latin dan Karibia sebanyak 32%, Asia Timur sebanyak 32%, Asia Selatan sebanyak 47%, dan Negara berkembang sebanyak 46%. Secara keseluruhan, kurang dari 40% anak dibawah usia enam bulan diberi ASI eksklusif (WHO,2018).

Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) Tahun 2017 menunjukkan secara umum angka ASI untuk bayi berusia kurang dari 6 bulan mencapai 52%, capaian ini memenuhi target minimal 50% yang ditetapkan dalam rencana pembangunan nasional lima tahun terakhir (SDKI, 2017). Di Indonesia bayi yang telah mendapatkan ASI eksklusif sampai usia 6 bulan adalah sebesar 25,9%, hal ini belum sesuai dengan target rencana strategis Kementerian Kesehatan tahun 2015-2019 yaitu presentasi bayi di usian kurang dari 6 bulan yang mendapat ASI eksklusif sebesar 50% (Profil Kesehatan Indonesia,2017).

Di Indonesia bayi yang telah mendapatkan ASI eksklusif sampai usia enam bulan adalah sebesar 29,5%, hal ini belum sesuai dengan target rencana strategis Kementerian Kesehatan tahun 2015-2019 yaitu presentase bayi di usia kurang dari enam bulan yang mendapat ASI eksklusif sebesar 50%,(Profil Kesehatan Indonesia,2017).

Menurut Provinsi, cakupan ASI eksklusif pada bayi sampai usia 6 bulan paling rendah di Sumatera Utara sebesar 12,4%, Gorontalo sebesar 12,5% dan paling tinggi di Yogyakarta sebesar 55,4%. Sementara kondisi Sumatera Barat di dapatkan pemberian ASI Eksklusif sampai usia 6 bulan sebesar 37,6% (Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia,2017).

Untuk meningkatkan pemberian ASI eksklusif sesuai target WHO yang sudah ditetapkan dan untuk memperlancar produksi ASI dapat dilakukan dengan merangsang refleks oksitosin

dengan pijat oksitosin. Dengan dilakukan pijat oksitosin ibu akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan hilang sehingga dapat membantu merangsang penegeluaran hormon oksitosin (*jurnal education and development* Intitut Pendidikan Tapanuli Selatan vol.7 No.4 Edisi Nopember 2019).

Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang kosta ke 5-6 dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijatan ini berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin dan dapat menenangkan ibu, hingga ASI pun keluar (*jurnal education and development* institut pendidikan tapanuli selatan vol.7 No. 4 edisi nopember 2019). Pijat oksitosin tindakan yang dilakukan oleh keluarga terutama adalah suami pada ibu nifas yang menyusui berupa back massage pada punggung ibu untuk meningkatkan hormon oksitosin. Hormon oksitosin juga disebut “hormon kasih sayang” karena hampir 80% hormon ini dipengaruhi oleh pikiran ibu (positif atau negative (JKK,2019).

## **KAJIAN TEORITIS**

ASI adalah pemberian ASI saja tanpa tambahan cairan seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih dan tanpa makanan tambahan apapun. ASI merupakan makanan pertama dan terbaik bagi bayi, yang bersifat alamiah. ASI mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan bayi (Prasetyono,2018). ASI merupakan cairan tanpa tanding ciptaan Tuhan yang memenuhi kebutuhan gizi pada bayi, serta melindunginya dalam melawan kemungkinan serangan penyakit (Khamzah,2019). ASI merupakan susu yang diproduksi oleh tubuh manusia sebagai konsumsi bayi dan merupakan sumber gizi utama bayi yang belum sanggup menerima makanan padat. ASI eksklusif adalah pemberian ASI tanpa pemberian makan tambahan lain pada umur 0-6 bulan (Maryunani,2018).

Menurut World Health Organization (*WHO*), ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja tanpa tambahan cairan lain baik susu formula, air putih, air jeruk, atau makanan tambahan lain sebelum mencapai usia enam bulan. ASI eksklusif adalah bayi hanya diberi ASI saja, tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi, dan tim.

Salah satu tujuan perawatan payudara bagi ibu menyusui setelah melahirkan yakni agar dapat memberikan ASI secara maksimal pada buah hatinya. Salah satu hormon yang berperan dalam produksi ASI adalah hormon oksitosin. Saat terjadi stimulasi hormon oksitosin, sel-sel alveoli di kelenjar payudara berkontraksi, dengan adanya

kontraksi menyebabkan air susu keluar.

Lalu mengalir dalam saluran kecil payudara sehingga keluarlah tetesan air susu dari puting dan masuk ke mulut bayi, proses keluarnya air susu disebut dengan refleks let down, refleks let down sangat dipengaruhi oleh psikologis ibu memikirkan bayi, mencium, melihat bayi dan mendengarkan suara bayi. Sedangkan yang menghambat refleks let down diantaranya perasaan stress seperti gelisah, kurang percaya diri, takut dan cemas.

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 refleks oksitosin atau reflekslet 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 hypofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Pijat oksitosin bisa dilakukan kapanpun ibu mau dengan durasi 3-5 menit, lebih disarankan dilakukan sebelum menyusui atau memerah ASI. Sehingga untuk mendapatkan jumlah ASI yang optimal dan baik, sebaiknya pijat oksitosindilakukan setiap hari dengan durasi 3-5 menit.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian Quasi Eksperimen yang bertujuan untuk mengetahui kelancaran ASI pada ibu nifas tentang pelaksanaan pijat oksitosin dalam meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Nifas di BPM Ade Irma Batubara kabupaten Deli Serdang Tahun 2022. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas Di BPM Ade Irma Batubara kabupaten Deli Serdang yaitu sebanyak 30 Orang. Sampel pada penelitian ini sebanyak 30 orang.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Adapun distribusi pemebrian pijat oksitosin sebelum dan sesudah pada ibu nifas setelah dilakukan observasi langsung kepada 30 responden di sajikan pada tabel berikut

Tabel 4.1

Distribusi Sebelum dan Sesudah Diberikan Pijat Oksitosin Di BPM Ade Irma Batuabara Kabupaten Deli Serdang Tahun 2022

<b>Kelompok</b>	<b>variabel</b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>	<b>SD</b>
Ibu Nifas	Pre-test	30	4,07	3	5	0,691
	Post-test	30	7,77	6	9	0,971

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa hasil pengukuran score frekuensi pengeluaran ASI pada ibu nifas dari 30 respinden sebelum diberikan pijat oksitosin diketahui rata-rata score nya adalah 4,07 (SD: 0,691), (Min:3), (Max:5). Sedangkan frekuensi setelah diberikan pijat oksitosin diketahui rata-rata score nya adalah 7,77 (SD:0,971),(Min:6),(Max:9).

Tabel 4.2

Tabulasi Silang Sebelum dan Sesudah Diberikan Pijat Oksitosin Di BPM Ade Irma Batuabara Kabupaten Deli Serdang Tahun 2022

	<b>Kolmogorov-smimov</b>			<b>Shapiro-Wilk</b>		
	<b>Statistic</b>	<b>Df</b>	<b>Sig.</b>	<b>Statistic</b>	<b>Df</b>	<b>Sig.</b>
Sebelum dilakukan pijat oksitosin	<b>0,272</b>	<b>30</b>	<b>0,000</b>	<b>0,804</b>	<b>30</b>	<b>0,000</b>
Sesudah dilakukan pijat oksitosin	<b>0,262</b>	<b>30</b>	<b>0,000</b>	<b>0,862</b>	<b>30</b>	<b>0,001</b>

Pada tabel 4.2 tabulasi silang antara status kehamilan dengan *postpartum blues* yaitu yang di rencanakan sebanyak 1 (25%) responden. Dan yang tidak direncanakan sebanyak 26 (83,8%).

**Pengaruh pekerjaan ibu terhadap *Postpartum Blues* di Puskesmas Simpang Jaya  
Kabupaten Nagan Raya**

Tabel 4.3  
Distribusi variabel silang berdasarkan  
usia ibu terhadap *Postprtum Blues*  
di Puskesmas Simpang Jaya Kabupaten Nagan Raya

No	Pekerjaan	<i>Postpartum Blues</i>				Jumlah		<i>P Value</i>
		Tidak		Ya		F	%	
		F	%	F	%			
1	Bekerja	6	42	8	57	14	100	$\rho=0,000$
2	Tidak Bekerja	21	100	0	0,00	21	100	
<b>Total</b>		<b>27</b>	<b>77,1</b>	<b>8</b>	<b>22,8</b>	<b>35</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel 4.2 test of normality baik untuk uji Kolmogrov-Smirnov maupun uji shapiro-Wilk, didapatkan nolai signifikan pada data pretest maupun data posttest masing-masing 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa data posttest tidak berdistribusi normal karenamemiliki nilai signifikan <0,05.

**KESIMPULAN DAN SARAN**

Penelitian ini merupakan penelitian quasy Eksperimen yang bertujuan untuk mengetahui kelanacaran ASI pada ibu nifas dengan menggunakan *one group pretest-posttest design* yaitu penelitian yang bersifat kedepannya dimana saat ibu nifas penelnti memantau intervensi penatalaksanaan pemijatan pijat oksitosin yang dilakukan oleh bidan menggunakan lembar checklist dan SOP kemudian settelah itu ibu nifas mengalami pengeluaran ASI yang tidak lancar maka peneliti langsung membagikan SOP tentang pemijatan oksitosin pada subjek yang diteliti, apabila dari lembar cheklist dan SOP terkumpul selanjutnya data diolah kedalam computer menggunakan SPSS versi 20.0.

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa hasil pengukuran score frekuensi pengeluaran produksi ASI pada ibu nifas dari 30 responden sebelum diberikan pijat oksitosin diketahui rata-rata score nya adalah 4,07 (SD:0,0691), (Min:3), (Max:5). Sedangkan frekuensi setelah diberikab pijat oksitosin diketahui rata-rata scorenya adalah 7,7 (SD:0,971), (Min:6) ,(Max:9).

Berdasarkan output Test Statistic di atas, diketahui nilai Asymp. Sig.(2-tailed) sebesar 0,000. Karena nilai  $0,000 < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya bahwa ada Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di BPM Ade Irma Batubara Kabupaten Deli Serdang Tahun 2022.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terimakasih saya ucapkan kepada pihak yang telah membantu dalam penelitian ini.

## **DAFTAR REFERENSI**

Anik Maryuni, 2018. *Inisiasi Menyusui Dini, ASI Eksklusif dan Management Laktasi*. Jakarta: TIM.

Arini, H. 2017. Hubungan Umur Dan Tingkat Pendidikan Terhadap Pemberian ASI Eksklusif, <http://aperlidrahara.wordpress.com>

Damai Yanti, 2017. *Asuhan Kebidanan masa Nifas*. Jakarta : Refika Aditama

Darul Azhar Vol 3, No 1, 2017. *Hubungan Pijat Oksitosin Dengan Kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum*. Journal

Depkes RI. 2017. *Management Lakatasi*. Jakarta : EGC

Kementrian Kesehatan, 2018. *Riset Kesehatan dasar 2018*. Jakarta.

Kemenkes RI. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017*. Jakarta: Kemenkes RI; 2017

Kemenkes RI, 2018. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI. <http://www.depkes.go.id>. Diakses tanggal 22 Maret 2021.

Mardianingsih, Eko. 2016. *Efektifitas Kombinasi Kompres Hangat dan Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI*. Depok: FIK UI

Maryunani, A. 2018. *Asuhan Pada Ibu Dalam Masa Nifas ( Postpartum)*. Jakarta; CV Trans Info Media

Notoatmojo, Soekidjo 2017. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

Perinasia, 2015. *Manajemen Laktasi*. Jakarta: Gramedia

Rahmawati, E . 2017. *Hubungan Pijat Oksitosin Dengan Penegeluaran ASI pada Ibu Postpartum hari 1-2 Di BPM Hj. NL Kota balikpapan* <http://husadamahakam.files.wordpress.com/2015/12/1-jurnal-elly-u-nop-14ok.pdf> diakses tanggal 14 mei 2021

Roesli, 2019. *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta: Trubus Agriwidya

Rukiyah, Ai. Y. dkk 2015. *Asuhan Kebidanan III (Nifas)*. Jakarta: Trans Info media

- Sugiono , 2017. *Metode Penelitian Pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif,dan R&D)*.  
Bandung : Alfabeta
- Widya Juliarti, Een Husana, 2017. Hubungan Pijat Oksitosin dengan pengeluaran ASI pada ibu  
nifas BPM Yuni Fatimah, Amd.Keb Pekanbaru tahun 2017
- World Health Organization (WHO) 2015. *Commission on Ending Childhood Obesity*. Geneva,  
*World Health Organization, Department of Noncommunicable disease surveillance*  
diakses tanggal 23 Mei 2021
- Undang – undang RI No.36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan.
- Zulmuawina, dkk. 2019. *Faktor Predikator Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Menyusui*  
*Wilayah Kerja Puskesmas Mangasa Kota Makassar*. Makassar : public Health Faculty  
Universitas Muslim Indonesia