



PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP VOLUME ASI PADA IBU NIFAS
(The Effect Of Oxytocin Massage On Breast Milk Volume In Postpartum Mothers)

Nurjannah Supardi

Program Studi Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, nurjannahsupardi90@gmail.com, Universitas Megarezky

Abstract

The purpose of this study was to determine the effect of oxytocin massage on breast milk production in postpartum mothers at the Kassi-Kassi Health Center Makassar in 2021. The research method used was a Quasi Experiment using a one group pre and post test design, carried out from June to August 2021. In this study, respondents were given an intervention in the form of oxytocin massage and then breast milk production was measured before and after the intervention to see the effect of the oxytocin massage. The sample in this study were 30 postpartum mothers with purposive sampling method. Based on the results of research that has been carried out before oxytocin massage the average value is 8.87 and after oxytocin massage the average value is 10.47. From the results of bivariate analysis using the paired t-test, the p-value is $0.000 < 0.05$, so H_0 is rejected. H_a is accepted. The conclusion is that there is an effect between oxytocin massage on breast milk volume in postpartum mothers at the Kassi-Kassi Health Center Makassar in 2021. It is hoped that this research can be used as a therapy to increase breast milk production in nursing mothers.

Keywords: *Oxytocin massage, postpartum mothers.*

Abstrak

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar tahun 2021. Metode penelitian yang digunakan adalah Quasi Eksperimen dengan memakai rancangan one group pre and post test design, dilaksanakan bulan Juni – Agustus 2021. Dalam penelitian ini responden diberikan intervensi berupa pijatan oksitosin kemudian diukur produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi untuk melihat pengaruh pijatan oksitosin tersebut. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 ibu nifas dengan metode purposive sampling. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelum dilakukan pijat oksitosin nilai rata-rata yaitu 8,87 dan setelah dilakukan pijat oksitosin nilai rata-rata adalah 10,47. Dari hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji paired t-test diperoleh nilai p adalah $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak H_a diterima. Kesimpulan mengetahui ada pengaruh antara pijat oksitosin terhadap volume ASI pada ibu nifas di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar Tahun 2021. Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai terapi untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

Kata Kunci: Pijat Oksitosin, Ibu nifas.

PENDAHULUAN

Resolusi *World Health Assembly (WHA)* tahun 2001 menjelaskan bahwa bayi berhak memperoleh ASI eksklusif sejak lahir sampai usia 6 bulan, baru kemudian dapat diberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI). Pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan dan berlanjut sampai 2 tahun pertama kehidupan dapat mencegah 13% dari 10 juta kematian setiap tahun untuk anak-anak di bawah 5 tahun [1]

World Health Organization mengungkapkan bahwa rata-rata pemberian ASI Eksklusif di dunia baru 36 % bayi pada usia 0-6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif selama periode 2007 – 2014. Hasil pemantauan data status gizi tahun 2017 di Indonesia menunjukkan bahwa cakupan pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan pertama masih sangat rendah yaitu 35,7% [2].

Di Indonesia juga menerapkan peraturan terkait pentingnya ASI Eksklusif yaitu dengan mengeluarkan Peraturan Pemerintah (PP) nomor 33/2012 tentang pemberian ASI Eksklusif. Peraturan ini
Received Mei 30, 2022; Revised Juni 2, 2022; Accepted Juli 22, 2022

memberikan kewajiban kepada ibu untuk menyusui bayinya sejak lahir sampai bayi berusia 6 bulan. Selain itu pentingnya ASI juga terlihat pada acara dunia yaitu pekan ASI sedunia Agustus 2008, *The World Alliance for Breast Feeding Action (WABA)* memilih tema *Mother Support: Going for the Gold*. Makna tema tersebut adalah suatu Gerakan untuk mengajak semua orang meningkatkan dukungan kepada ibu untuk memberikan bayi mereka makanan yang berstandar emas yaitu ASI yang diberikan eksklusif selama 6 bulan pertama dan melanjutkan ASI bersama makanan pendamping ASI sampai bayi berusia 2 tahun atau lebih.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan 6% ibu nifas mengeluh ASI tidak keluar pada hari pertama postpartum, 13% ibu nifas mengeluh sedikit mengeluarkan ASI dan 64% mengeluh ASI tidak lancar mengakibatkan memilih susu formula serta 17% ibu postpartum mengalami perdarahan. Adanya anggapan bahwa menyusui adalah cara kuno serta alasan ibu bekerja, takut kehilangan kecantikan, tidak disayang suami dan gencarnya susu formula di berbagai media massa merupakan alasan yang dapat mengubah kesepakatan ibu untuk menyusui bayinya sendiri, serta menghambat terlaksananya proses laktasi [3].

Permasalahan kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI. Hal ini dapat mempengaruhi pengeluaran ASI memberikan dampak buruk untuk kehidupan bayi dikarenakan nilai gizi pada ASI lebih tinggi dibandingkan dengan susu formula, akan tetapi penggunaan susu formula merupakan alternatif yang dianggap paling tepat untuk mengganti produksi ASI yang menurun.

Beberapa faktor yang mempengaruhi kegagalan pemberian ASI disebabkan kurangnya pengetahuan ibu tentang ASI, ibu menghentikan pemberian ASI karena produksi ASI kurang, gencarnya promosi susu formula, dukungan petugas kesehatan dan faktor keluarga karena orang tua, nenek atau ibu mertua mendesak ibu untuk memberikan susu tambahan. Pada sebagian ibu pengeluaran ASI bisa terjadi dari masa kehamilan dan sebagian terjadi setelah persalinan [4].

Salah satu upaya yang dapat dilakukan ibu dan keluarga, untuk meningkatkan produksi ASI diperlukan hormon oksitosin [5]. Pada ibu setelah melahirkan dapat melakukan pijat oksitosin. Pijat oksitosin dapat memicu produksi hormon oksitosin yang berperan penting dalam proses pengeluaran ASI. Dengan dilakukannya pijat oksitosin pada ibu menyusui diharapkan dapat meningkatkan produksi ASI yang sangat bermanfaat terhadap proses pemberian ASI. Selain itu, pijat ini juga dapat mencegah terjadinya bendungan ASI yang sering terjadi pada ibu menyusui dan mempercepat proses involusi uteri pada ibu nifas.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *Quasi Eksperimen* dengan memakai rancangan *one group pre and post test design*, yaitu design yang dilakukan pretest untuk mengetahui keadaan awal subjek sebelum diberi perlakuan yang hasilnya dapat dibandingkan atau dilihat perubahannya. Dalam rancangan ini, responden diberikan intervensi berupa pijatan oksitosin. Kemudian diukur produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni-Agustus 2021. Penelitian ini berlokasi di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas diruang perawatan Puskesmas Kassi-Kassi Makassar dan jumlah populasi sebanyak 110 ibu nifas. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 ibu nifas. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* dengan *metode purposive sampling* yaitu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan/masalah dalam peneliti sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya.

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden

a. Distribusi Berdasarkan Umur Ibu

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar Tahun 2021

Umur	Frekuensi	Presentase (%)
>17-25 tahun	12	40
26-35 tahun	10	33,3
36-40 tahun	8	26,7
Total	30	100

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari jumlah 30 responden, diperoleh data responden yang berumur >17-25 tahun yaitu 12 orang (40%) yang berumur 26-35 tahun yaitu 10 orang (33,3%) dan yang berumur 36-40 tahun 8 orang (26,7%).

b. Distribusi Berdasarkan Pekerjaan Ibu

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar Tahun 2021

Pekerjaan	Frekuensi	Presentase (%)
IRT	23	76,7
Swasta	7	23,3
Total	30	100

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari jumlah 30 responden, diperoleh data responden sebagai IRT sebanyak 23 orang (76,7%) dan sebagai swasta sebanyak 7 orang (23,3%).

c. Distribusi Berdasarkan Pendidikan Ibu

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar Tahun 2021

Pendidikan	Frekuensi	Presentase (%)
SMA	13	43,3
D3	12	40
S1	5	16,7
Total	30	100

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari jumlah 30 responden, diperoleh data pendidikan responden SMA sebanyak 13 orang (43,3%) yang D3 sebanyak 12 orang (40%) dan S1 sebanyak 5 orang (16,7%).

2. Analisis Univariat

a. Hasil Pengukuran Volume ASI *Pre test*

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi Volume ASI Sebelum Dilakukan
Pijat Oksitosin Di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar Tahun 2021

Volume ASI	Frekuensi	Presentase (%)
Kurang	21	70
Tetap	5	16,7
Meningkat	4	13,3
Total	30	100

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan dari 30 responden, terdapat 21 orang (70%) yang mengalami volume ASI kurang, sementara terdapat 5 orang (16,7%) yang mengalami volume ASI tetap dan terdapat 4 orang (13,3%) yang mengalami peningkatan volume ASI.

b. Hasil Pengukuran Volume ASI *Post Test*

Tabel 4.5
Distribusi Frekuensi Volume ASI Sesudah Dilakukan
Pijat Oksitosin Di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar Tahun 2021

Volume ASI	Frekuensi	Presentase (%)
Kurang	2	6,6
Tetap	5	16,7
Meningkat	23	76,7
Total	30	100

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan dari 30 responden, terdapat 2 orang (6,6%) yang mengalami volume ASI kurang, sementara terdapat 5 orang (16,7%) yang mengalami volume ASI tetap dan terdapat 23 orang (76,7%) yang mengalami peningkatan volume ASI.

3. Analisis Bivariat

Analisis bivariat untuk mengetahui pengaruh variabel dependen dengan variabel independen. Penelitian terhadap dua variabel yang mempunyai tujuan mendiksi-risipkan distribusi data, menguji perbedaan dan mengukur hubungan antara dua variabel yang diteliti. Uji statistik yang digunakan adalah:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk membuktikan bahwa data yang diperoleh terdistribusi normal. Hal ini dilakukan untuk menentukan statistik yang akan digunakan untuk menganalisis data. Maka penelitian menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* dengan menggunakan program *SPSS*. Adapun hasil perhitungan sebagai berikut:

Tabel 4.6
Uji Normalitas Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Volume ASI
Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar Tahun 2021

Variabel	Nilai Asymp. Sig	Nilai
Sebelum Intervensi	0,065	0,05
Sesudah Intervensi	0,000	0,05

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari perhitungan *Uji Kolmogorov-Smirnov Test* diperoleh nilai asymp. Sig 0,065 untuk sebelum adalah dan sesudah yaitu 0,000 =0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut terdistribusi normal, maka uji stastik yang sesuai untuk digunakan adalah uji *Paired Sampel T-Test*.

b. Uji *Paired T-Test*

Berdasarkan hasil penelitian sebelum dan sesudah dilakukan dengan menggunakan *Uji Paired Sampel T-Test*, maka hasil analisis bivariante dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.7
Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Volume ASI
Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar Tahun 2021

Variabel	Mean	N	Nilai	Nilai
Sebelum Intervensi	8,87	35	0,000	0,05
Sesudah Intervensi	10,47	35		

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelum dilakukan *pijat oksitosin* nilai rata-rata yaitu 8,87 dan setelah dilakukan *pijat oksitosin* nilai rata-rata adalah 10,47. Dari hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji *paired t-test* diperoleh nilai *p* adalah 0,000 < 0,05 maka H_0 ditolak H_a diterima berarti ada pengaruh antara pijat oksitosin terhadap volume ASI pada ibu nifas.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh pijat oksitosin terhadap volume ASI pada ibu nifas di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar Tahun 2021. Penelitian yang dilakukan sebelum dilakukan pijat oksitosin nilai rata-rata yaitu 8,87 dan setelah dilakukan pijat oksitosin nilai rata-rata adalah 10,47. Dari hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji *paired t-test* diperoleh nilai *p* adalah 0,000. Nilai ini lebih besar dari 0,05 ($p >$), maka H_0 ditolak H_a diterima berarti ada pengaruh pemberian pijat oksitosin terhadap volume ASI Ibu nifas.

Pijat oksitosin adalah pemijatan tulang belakang pada costa (tulang rusuk) ke 5-6 sampai ke scapula (tulang belikat) yang akan mempercepat kerja syaraf parasimpatis, saraf yang berpangkal pada medulla oblongata dan pada daerah daerah sacrum dari medulla spinalis, merangsang hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin, oksitosin menstimulasi kontraksi sel-sel otot polos yang melingkari duktus laktiferus kelenjar mammae menyebabkan kontraktilitas mioepitel payudara sehingga dapat meningkatkan pemancaran ASI dari kelenjar mammae [6].

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi yang tepat untuk mempercepat dan memperlancar produksi dan pengeluaran ASI yaitu dengan pemijatan sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima atau keenam. Pijat ini akan memberikan rasa nyaman dan rileks pada ibu setelah mengalami proses persalinan sehingga tidak menghambat sekresi hormon prolaktin dan oksitosin [1].

Pijatan ini tidak harus dilakukan langsung oleh petugas kesehatan tetapi dapat dilakukan oleh suami atau anggota keluarga yang lain. Petugas kesehatan mengajarkan kepada keluarga agar dapat membantu ibu melakukan pijat oksitosin karena teknik pijatan ini cukup mudah dilakukan. Asupan nutrisi yang seimbang dan memperbanyak konsumsi sayuran hijau serta dukungan suami dan keluarga juga sangat dibutuhkan untuk meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI [7]. Hormon oksitosin mengurangi resiko ibu menderita depresi pasca persalinan hormon oksitosin yang dilepaskan saat menyusui menciptakan ikatan kasih sayang, kedekatan dengan bayi, dan ketenangan. Kejiwaan dan pikiran harus tenang, rasa takut ibu atas ASI-nya cukup dapat mempengaruhi penurunan volume produksi ASI pada ibu [1].

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI, pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang costae kelima- keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin setelah melahirkan [8]. Pijat oksitosin bermanfaat meningkatkan relaksasi dan tingkat kenyamanan ibu, sehingga memicu produksi hormon oksitosin dan mempengaruhi pengeluaran ASI. Efek pijat oksitosin adalah sel kelenjar payudara mensekresi ASI sehingga bayi mendapatkan ASI sesuai dengan kebutuhan dan berat badan bayi bertambah [8].

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sriyanti (2019). Pengaruh pijat oksitosin terhadap volume ASI pada ibu nifas di Puskesmas Bara-Baraya Kota Makassar. Dari hasil uji statistik rata-rata volume ASI responden sebelum pijat oksitosin adalah 6,77 dan sesudah pijat oksitosin nilai rata-rata yaitu 8,48, yang berarti ada perubahan volume ASI. Dari hasil yang diperoleh nilai t adalah 0,053. Nilai ini lebih besar dari 0,05 ($\alpha = 0,000 > 0,05$), maka H_0 ditolak H_a diterima, berarti ada pengaruh pijat oksitosin terhadap volume ASI ibu nifas.

Asumsi pada penelitian ini ada kesamaan yang didapatkan antara teori dan hasil penelitian. Pemberian pijat oksitosin akan membantu peningkatan volume ASI ibu nifas. Hormon oksitosin mengurangi resiko ibu menderita depresi pasca persalinan hormon oksitosin yang dilepaskan saat menyusui menciptakan kuatnya ikatan kasih sayang, kedekatan dengan bayi, dan ketenangan. Kejiwaan dan pikiran harus tenang, rasa takut ibu atas ASI-nya cukup dapat mempengaruhi penurunan volume produksi ASI pada ibu.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh pijat oksitosin terhadap volume ASI pada ibu nifas, maka peneliti dapat menarik kesimpulan adalah sebagai berikut:

1. Ada perubahan volume ASI sebelum pemberian pijat oksitosin, dimana nilai rata-rata adalah 8,87.
2. Ada perubahan volume ASI sesudah pemberian pijat oksitosin, dimana nilai rata-rata sesudah adalah 10,47.
3. Ada pengaruh pemberian pijat oksitosin terhadap volume ASI pada ibu nifas dimana tingkat probabilitasnya sebesar $p = 0,000$ atau $\alpha = 0,05$, H_0 ditolak dan H_a diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Dewi, *Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika, 2011.
- [2] D. J. K. Direktorat Gizi Masyarakat, *Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2017*. 2018.
- [3] Ambarwati, *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Offset, 2010.
- [4] Astutik, "Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum pada Ibu Postpartum di Ruang Kebidanan Rumah Sakit Muhanumadyah," 2014.
- [5] Bobak, *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC, 2005.
- [6] L. N. Safitri, "Pengaruh pijat oksitosin terhadap tanda kecukupan asi pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Ngoresan," *Ekp*, vol. 13, no. 3, pp. 1576–1580, 2015.
- [7] Rahayu, "Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI," 2016.
- [8] Hamidah and Fitriana, "Hipnobreastfeeding dan Pijat Oksitosin Berpengaruh Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Postpartum.," *J. Ilm. Kesehat. Keperawatan*, vol. 13, no. 2, 2017.