

DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/2trik11203>**Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI (Air Susu Ibu) pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Namlea Kabupaten Buru****Dewi Susanti**

Prodi D3 Kebidanan, STIKes Maluku Husada; dewisusanti@gmail.com

Arindiah Puspo Windari

Prodi D3 Kebidanan, STIKes Maluku Husada; arindiah7@gmail.com (koresponden)

Iren Niak

Prodi D3 Kebidanan, STIKes Maluku Husada; irenniak20@gmail.com

ABSTRACT

The oxytocin reflex can be influenced by the thoughts, feelings and emotions of the mother. Mother's feelings can increase and inhibit oxytocin secretion. This hormone causes the muscle cells that surround the milk-producing ducts to shrink or contract, so that the breast milk is pushed out and is ready for the baby to suck. So it is possible, if the mother has strong thoughts, feelings and emotions, then this condition can suppress the oxytocin reflex in inhibiting and reducing the production of breast milk. This study was a pre-experimental research with one group pre-test post-test design. The subjects of this study were 52 post partum mothers who were selected by means of the accidental sampling technique. The intervention given was oxytocin massage. Before and after the massage, breast milk production was measured, then tested for differences with the Wilcoxon test. The p-value of the Wilcoxon test was 0.001, so it can be concluded that there was a difference in the production of breast milk between before and after the oxytocin massage. Furthermore, it was concluded that oxytocin massage was proven to be effective in increasing breast milk production.

Keywords: oxytocin massage; breast milk; post partum

ABSTRAK

Refleks oksitosin dapat dipengaruhi oleh pikiran, perasaan dan emosi ibu. Perasaan ibu dapat meningkatkan dan menghambat pengeluaran oksitosin. Hormon ini akan menyebabkan sel-sel otot yang mengelilingi saluran penghasil susu mengerut atau berkontraksi, sehingga air susu ibu terdorong keluar dan siap untuk dihisap oleh bayi. Sehingga kemungkinan, jika ibu memiliki pikiran, perasaan dan emosi yang kuat, maka kondisi ini dapat menekan refleks oksitosin dalam menghambat dan menurunkan produksi air susu ibu. Studi ini merupakan penelitian pra-eksperimental dengan *one group pre-test post-test design*. Subyek penelitian ini adalah 52 ibu post partum yang dipilih dengan teknik *accidental sampling*. Intervensi yang diberikan adalah pijat oksitosin. Sebelum dan sesudah pemijatan dilakukan pengukuran produksi air susu ibu, lalu diuji perbedaannya dengan uji Wilcoxon. *P-value* dari uji Wilcoxon adalah 0,001 sehingga disimpulkan bahwa ada perbedaan produksi air susu ibu antara sebelum dan setelah dilakukan tindakan pijat oksitosin. Selanjutnya disimpulkan bahwa pijat oksitosin terbukti efektif untuk meningkatkan produksi air susu ibu.

Kata kunci: pijat oksitosin; air susu ibu; *post partum*

PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) merupakan sumber kehidupan bagi anak yang sangat penting dalam pertama kehidupan anak, dimana dalam air susu ibu terdapat banyak kandungan nutrisi yang dibutuhkan oleh anak yang menunjang tumbuh kembangnya seorang anak. ⁽¹⁾ Menyusui secara eksklusif selama 6 bulan terbukti memberikan resiko yang lebih kecil terhadap berbagai penyakit infeksi, seperti diare, infeksi saluran napas, infeksi telinga, pneumonia, dan infeksi saluran kemih. Selain itu pula dapat mengurangi resiko terhadap kejadian obesitas, alergi ataupun kanker. ⁽¹⁾

Cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI yang kurang dapat dilakukan tindakan nonfarmakologis pijat oksitosin yang dapat merangsang refleks oksitosin atau refleks *let-down*, selain itu dapat memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormone oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit. ⁽²⁾ Refleks oksitosin dapat dipengaruhi oleh pikiran, perasaan dan emosi ibu. Perasaan ibu dapat meningkatkan dan juga menghambat pengeluaran oksitosin. Hormon ini akan menyebabkan sel-sel otot yang mengelilingi saluran pembuat susu mengerut atau berkontraksi sehingga ASI terdorong keluar dari saluran produksi ASI dan mengalir siap untuk dihisap oleh bayi. Sehingga kemungkinan jika ibu memiliki pikiran, perasaan dan emosi yang kuat, maka akan menekan refleks oksitosin dalam menghambat dan menurunkan produksi ASI. ⁽³⁾

Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018, cakupan persentase bayi yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia yaitu sebesar 68,74%. Pemerintah telah menargetkan pencapaian ASI eksklusif di Indonesia sebesar 80%, namun hal itu belum tercapai sampai saat ini. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2013 persentase tertinggi proses mulai menyusui pada anak umur 0-23 bulan adalah pada 1-6 jam (35,2%). Proses mulai menyusui pada satu jam pertama setelah lahir atau IMD hanya 34,5%. ⁽⁴⁾ Menurut data Profil Kesehatan Indonesia

Tahun 2018 Maluku termasuk salah satu Provinsi dengan persentase terendah cakupan pemberian ASI eksklusif dengan nilai persentase (23,18%) tidak mencapai target Renstra tahun 2018 yaitu sebesar (47,0%).⁽⁴⁾

Berdasarkan pengumpulan data awal di Ruang Bersalin Puskesmas Namlea Kabupaten Buru jumlah ibu post partum pada Tahun 2019 adalah 475, ibu post partu, pada tahun 2020 triwulan II 290 dan pada bulan September sampai Oktober Tahun 2020 adalah 52. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 9-13 Juli 2020 data menunjukkan bahwa pada 4 orang pasien mengalami kesulitan dalam menyusui karena ASI tidak keluar yang menyebabkan ibu mengalami bendungan ASI, dan bayi sering menangis. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan salah satu bidan yang bertugas di Puskesmas Namlea bahwa bidan sudah memberikan informasi mengenai pemberian ASI eksklusif namun belum sering dilakukan intervensi atau tindakan pijat oksitosin yang diterapkan untuk merangsang produksi ASI pada ibu post partum di Puskesmas Namlea Kabupaten Buru. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum Ibu di Ruang Puskesmas Namlea Kabupaten Buru.

METODE

Studi ini merupakan penelitian pra-ekperimental dengan rancangan penelitian *one group pre-test post-test*⁽⁵⁾. Penelitian dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Namlea Kabupaten Buru dan dilaksanakan selama 2 bulan. Populasi dalam penelitian ini berdasarkan data yang didapat di Puskesmas Namlea Kabupaten Buru dengan jumlah keseluruhan ibu post partum yaitu 52 orang.⁽⁵⁾ Pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling* sehingga didapatkan 15 orang.⁽⁶⁾ Variabel independen dalam penelitian ini yaitu pijat oksitosin, sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini yaitu produksi ASI. Analisis data dalam penelitian ini yaitu analisis deskriptif yang disajikan dalam bentuk frekuensi dan persentase karena data berjenis kategorik^(7, 8) dan dilanjutkan dengan pengujian hipotesis menggunakan uji Wilcoxon. Etika penelitian meliputi *informed consent*, *anonymity* dan *confidentiality*.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik responden

Variabel	Frekuensi	Persentase
Umur		
19-25	6	40,0
25-30	5	33,3
30-35	3	20,0
>40	1	6,7
Paritas	6	40,0
Primipara	6	40,0
Multipara	3	20,0
Grandemultipara		
Pekerjaan	6	40,0
PNS	5	33,3
Wiraswasta	4	26,7
IRT		
Pendidikan		
SMP	2	13,3
SMA	6	40,0
DIII	2	13,3
SI	5	33,3
Perawatan payudara		
Ya	4	26,7
Tidak	11	73,3
Obat pelancar ASI		
Ya	15	100
Tidak	0	0

Berdasarkan tabel 1, dapat disimpulkan bahwa mayoritas usia ibu adalah 19-25 tahun sebanyak 40,0%, paritas terbanyak adalah primipara 40,0%, pekerjaan terbanyak adalah PNS sebanyak 40,0%, pendidikan terbanyak adalah SMA yaitu 40,0%, dan mayoritas ibu post partum tidak melakukan perawatan payudara (73,3%).

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu post partum mengalami ASI kurang lancar pada *pre-test* sebanyak 14 orang, dan cukup lancar sebanyak 1 orang, Sedangkan produksi ASI pada *post test* pada keseluruhan ibu post partum mengalami produksi ASI lancar yaitu 15.

Tabel 3 menunjukkan bahwa hasil uji normalitas menggunakan *Shapiro Wilk* diperoleh *p-value* untuk nilai *pre test* = 0,224 dan *p-value* untuk nilai *post tes* = 0,026. Dengan demikian, distribusi nilai post-test adalah tidak normal, sehingga selanjutnya dilakukan uji Wilcoxon.

Tabel 2. Produksi ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin

Produksi ASI	Frekuensi	Persentase
Pre test		
Cukup lancar 56-75	1	6,7
Kurang lancar <55 %	14	93,3
Post tests		
Lancar 76-100 %	15	100

Tabel 3. Uji normalitas

	Variabel	Shapiro-Wilk		
		Statistik	df	Sig
Produksi ASI	Pre Test	0,188	15	0,224
	Post Test	0,217	15	0,026

Tabel 4. Produksi ASI sebelum dan sesudah tindakan pijat oksitosin

	Median	Minimum-Maksimum	Nilai p
Produksi ASI sebelum pijat oksitosin	6,00	5-8	0,001
Produksi ASI sesudah Pijat Oksitosin	12,00	10-13	

Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan $p\text{-value} = 0,001 (<0,05)$, sehingga disimpulkan bahwa terdapat perbedaan produksi ASI antara sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin.

PEMBAHASAN

Karakteristik responden dalam penelitian ini yaitu 15 ibu post partum yang mengalami kesulitan menyusui dikarenakan ASI tidak keluar sehingga anak menjadi rewel. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan produksi ASI yang signifikan pada ibu post partum yang sudah dilakukan tindakan pijat oksitosin. ASI tidak keluar adalah kondisi tidak diproduksinya ASI atau sedikitnya produksi ASI. Hal ini disebabkan pengaruh hormone oksitosin yang kurang bekerja sebab kurangnya rangsangan isapan bayi yang mengaktifkan kerja hormone oksitosin. ⁽⁹⁾

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidakcukupan ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *castae* kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijatan ini berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun keluar. ⁽⁹⁾

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya di Klinik Pratama Nining Pelawati, didapatkan bahwa peningkatan produksi ASI ini disebabkan karena peningkatan rasa nyaman dan rileks pada saat diberikan pijat oksitosin yang secara otomatis akan merangsang keluarnya hormon oksitosin (refleks *let down*) dari kelenjar-kelenjar pituitari di mana hormon oksitosin akan merangsang pengeluaran ASI pada ibu post partum sehingga produksi ASI. Selain itu pijat oksitosin juga memiliki manfaat yang lain seperti menenangkan dan mengurangi stres, membangkitkan rasa percaya diri, membantu ibu post partum agar mempunyai pikiran dan perasaan yang baik tentang bayinya, dan sebagainya. ⁽¹⁰⁾

Pijat oksitosin berpengaruh terhadap produksi ASI pada ibu post partum. Hal ini karena dengan melakukan pijat oksitosin serta dapat melancarkan sirkulasi darah sehingga dapat mencegah penyumbatan saluran ASI. Dengan melakukan pijat oksitosin secara rutin pada ibu post partum akan melancarkan produksi ASI pada ibu. ⁽³⁾

Salah satu tindakan yang perlu dilakukan untuk memaksimalkan kualitas dan kuantitas ASI, yaitu pemijatan punggung. Pemijatan punggung ini berguna untuk merangsang pengeluaran hormon oksitosin menjadi lebih optimal dan pengeluaran ASI (air susu ibu) menjadi lancar. ⁽¹¹⁾

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan di atas maka peneliti berkesimpulan bahwa pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI secara signifikan pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Namlea Kabupaten Buru.

DAFTAR PUSTAKA

- Jauhari I, Fitriani R, Bustami. Perlindungan Hak Anak Terhadap Pemberian Air Susu Ibu (ASI). Yogyakarta: Deepublish; 2018.
- Wulandari NF. Happy Exclusive Breastfeeding. D. Nhadiya, Ed. Yogyakarta: Laksana; 2020.
- Italia, Yanti MS. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum di BPM Meli R. Palembang. Jurnal Kesehatan dan Pengembangan. 2018;38-46.
- Primadi O. Statistik Kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2018.
- Nursalam. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. Jakarta: Salemba Medika; 2015.
- Swarjana I. Metodologi Penelitian Kesehatan; Tuntutan Praktis Pembuatan Proposal Penelitian. Yogyakarta; 2012.
- Nugroho HSW. Analisis Data Secara Deskriptif untuk Data Kategorik. Ponorogo: FORIKES; 2014.
- Suparji, Nugroho HSW, Martiningsih W. Tips for Distinguishing Nominal and Ordinal Scale Data. Aloha International Journal of Multidisciplinary Advancement (AIJMU). 2019;1(6).
- Asih Y. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI. Jurnal Keperawatan. 2017;209-214.
- Saputri IN, Ginting DY, Zendato IC. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum. Jurnal Kebidanan Kestra (JKK). 2019;68-73.
- Hanum SM, Purwanti Y, Khumairoh IR. Efektifitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI. Midwiferia. 2015;1-6.