

## Pengaruh Terapi Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada ibu yang mempunyai anak usia 0- 23 bulan yang masih menyusui

Yelmi Reni Putri <sup>1</sup>, Hafilah Sayfah<sup>2</sup>, Rizfa Aulia<sup>3</sup>, Suni Rahmawati<sup>4</sup>, Sri yunita Dewi Panjaitan<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup> Universitas Fort De Kock Bukittinggi

Email:

[Yelmi.reni@gmail.com](mailto:Yelmi.reni@gmail.com)<sup>1</sup>, [Hsayfah@gmail.com](mailto:Hsayfah@gmail.com)<sup>2</sup>, [rizfaaulia02@gmail.com](mailto:rizfaaulia02@gmail.com)<sup>3</sup>, [sunyahmawati123@gmail.com](mailto:sunyahmawati123@gmail.com)<sup>4</sup>, [Sriyunitadewipanjaitankeb28@gmail.com](mailto:Sriyunitadewipanjaitankeb28@gmail.com)<sup>5</sup>,

### **Info Artikel**

*Masuk: 15 Februari 2020*  
*Review: 13 Agustus 2020*  
*Diterima: 19 Agustus 2020*

#### **Keywords:**

**Exclusive breastfeeding,  
Oxytocin massage**

#### **Kata kunci:**

**ASI Eksklusif, Pijat oksitosin**

### **Abstract**

The rate of exclusive breastfeeding in Indonesia is still low. According to the 2017 Ministry of Health's Data and Information Center, exclusive breastfeeding in Indonesia is only 35%. This figure is still far below the WHO (World Health Organization) recommendation of 50%. One of the causes of low exclusive breastfeeding is the decrease in breast milk production due to the lack of stimulation of oxytocin and prolactin, which play a role in the smooth production of breast milk, which causes breastfeeding to not run smoothly. To remove breast milk, non-pharmacological efforts are needed in the form of oxytocin massage. The purpose of this study was to determine the relationship between oxytocin massage and the amount of breast milk in the working area of the Guguk Panjang Community Health Center, Bukittinggi City in 2020. This study used an all experimental method (Quasi Experiment) with one group pre and post design. after the research intervention. There is an association of giving oxytocin massage with exclusive breastfeeding production. Mothers who received oxytocin massage were 2-3 times more likely to produce breast milk than mothers who did not get oxytocin massage.

### **Abstrak**

Angka pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih tergolong rendah. Menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan 2017, pemberian ASI eksklusif di Indonesia hanya 35%. Angka tersebut masih jauh di bawah rekomendasi WHO (Badan Kesehatan Dunia) sebesar 50%. Penyebab rendahnya pemberian ASI eksklusif salah satunya adalah penurunan produksi ASI akibat kurangnya rangsangan oksitosin dan prolactin yang berperan dalam kelancaran produksi ASI, sehingga menyebabkan ASI tidak lancar. Untuk mengeluarkan ASI dibutuhkan upaya nonfarmakologis berupa pijat oksitosin. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pijat oksitosin dengan jumlah air susu ibu di wilayah kerja Puskesmas Guguk Panjang, Kota Bukittinggi tahun 2020. Penelitian ini menggunakan metode *eksperimen semua (Quasi Eksperimen)* dengan *rancangan one group pre dan post design* suatu pengukuran dilakukan pada saat sebelum dan sesudah intervensi penelitian. Ada hubungan pemberian pijat oxytocin dengan produksi asi eksklusif, ibu yang mendapatkan pijat oxytocin berpeluang memproduksi asi 2-3 kali lipat dari pada ibu yang tidak mendapatkan pijat oxytocin.

## 1. Pendahuluan

Pemerintah telah menetapkan peraturan pemerintah No. 33 tahun 2012 tentang pemberian ASI eksklusif, peraturan pemerintah tersebut menyatakan bahwa setiap bayi harus mendapatkan ASI eksklusif yaitu ASI yang diberikan selama 6(enam) bulan, tanpa menambahkan dan atau menggantikan dengan makanan atau minuman lain kecuali obat, vitamin dan mineral (Kemenkes RI 2017).

Angka pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih tergolong rendah. Menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan 2017, pemberian ASI eksklusif di Indonesia hanya 35%. Angka tersebut masih jauh di bawah rekomendasi WHO (Badan Kesehatan Dunia) sebesar 50%. Dengan angka kelahiran di Indonesia mencapai 4,7 juta jiwa per tahun, maka bayi memperoleh ASI selama enam bulan hingga dua tahun tidak mencapai dua juta jiwa. Produksi ASI yang sedikit pada hari-hari pertama setelah melahirkan menjadi kendala dalam memberikan ASI secara dini. Tidak sedikit ibu yang kecewa karena ternyata ASI yang keluar tidak selancar seperti yang diharapkan, para ibu lebih memilih untuk memberikan anaknya susu formula. 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 reflektorik dikeluarkan oksitosin oleh hipofise yang berperan untuk memeras air susu dari alveoli (Endah, 2013).

Diperlukan adanya upaya mengeluarkan ASI untuk beberapa ibu *postpartum*. Dalam upaya tersebut ada 2 hal yang mempengaruhi yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormone prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Hormon oksitosin akan keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui isapan mulut bayi atau melalui pijatan pada tulang belakang ibu bayi, dengan dilakukan pijatan pada tulang belakang, ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormone oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar (Endah, 2013).

Melalui pijatan atau rangsangan pada tulang belakang, *neurotransmitter* akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hypothalamus di hipofise posterior untuk mengeluarkan air susu. Dengan pijatan didaerah tulang belakang ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan begitu

hormone oksitosin keluar sehingga akan membantu pengeluaran ASI, dibantu dengan isapan bayi (Perinasia, 2007).

Pijat oksitosin yang merangsang keluarnya asi dapat membuat ibu akan merasakan puas, bahagia, percaya diri, karena bisa memberikan asi pada bayinya, memikirkan bayinya dengan penuh kasih dan perasaan positif lainnya akan membuat reflek oksitosin bekerja (Asih & Risneni, 2016). Keberhasilan menyusui ibu perlu mendapatkan dukungan dari suami dan peran keluarga juga membantu terhadap keberhasilan dalam memberikan ASI (Khasanah, 2011).

Berdasarkan data pada kelurahan Tarok Dipo terdapat 73 orang ibu yang memiliki bayi. Hampir separoh dari ibu bayi sudah memberikan ASI, tetapi masih terdapat ibu yang belum memberikan ASI Eksklusif, hal tersebut dikarenakan ada permasalahan terhadap Produksi ASI. Berdasarkan uraian diatas, maka perlu di gali lebih lanjut permasalahan

## **2. Permasalahan Masyarakat di Kelurahan Tarok Dipo Kec. Guguk Panjang**

Berdasarkan analisis situasi di Kegiatan Intervensi yang dilakukan kepada masyarakat di Kelurahan Tarok Dipo, Kec. Guguk Panjang adalah:

- a. Masih kurangnya pengetahuan ibu tentang pemberian ASI eksklusif
- b. Kurangnya produksi ASI pada ibu menyusui
- c. Belum maksimalnya penyuluhan tentang pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI yang diberikan oleh tenaga promkes terhadap ibu menyusui

## **3. Metode Pelaksanaan**

Berdasarkan permasalahan diatas maka, untuk dapat menggali permasalahan diatas dan menentukan pemecahan masalahnya adalah dengan eksperimen semu (Quasi Eksperimen) dengan rancangan one grup pretest dan posttest desain, suatu pengukuran dilakukan pada saat sebelum dan sesudah intervensi penelitian. Diberikan intervensi (pijat oksitosin) dengan evaluasi 3 jam sesudah diberikan intervensi. Hasil evaluasi ini kemudian dibandingkan dengan hasil pengukuran sebelum diberikan intervensi.

Tahapan pelaksanaan kegiatan intervensi Pijat Oksitosin sebagai upaya meningkatkan produksi ASI dengan menggunakan metode eksperimen semu

(Quasi Eksperimen) dengan rancangan one grup pretest dan posttest desain adalah sebagai berikut:

- a. Menentukan lokasi kegiatan intervensi
- b. Menentukan kelas sampel penelitian, waktu , materi dan kegiatan intervensi yang akan dilakukan
- c. Menyusun perencanaan kegiatan intervensi
- d. Melaksanakan kegiatan inetrvensi
- e. Evaluasi pelaksanaan kegiatan

#### 4. Hasil dan pembahasan pelaksanaan kegiatan intervensi

##### a. Bahan dan Cara Kerja

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*Quasi Eksperimen*) dengan rancangan one group pre and post test design yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum diwilayah kerja puskesmas Batu Hampa tahun 2020. Kriteria inklusi : ibu yang memiliki bayi usia 0 – 23 bulan yang bersedia menjadi sampel, ibu postpartum normal ,aupun section caesarea.

Variabel independen (bebas) pada penelitian ini adalah pijat oksitosin dan variabel dependen (terikat) adalah produksi ASI. Populasi dalam penelitian ini ibu yang memiliki bayi usia 0-23 bulan yang menyusudi wilayah kerja puskesmas Batu Hampa yang berjumlah 10 orang. Pada kelompok intervensi pemberian pijat oksitosin kelompok intervensi diberikan selama 2- 3 menit pemijatan selama 1 hari.

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan usia

usia	frekuensi	%
17 - 25 tahun	10	100%
<b>Total sampel</b>	<b>10</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa responden terbanyak berada pada kelompok umur 17-25 tahun (100%)

**Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan**

Pendidikan	Frekuensi	(%)
Rendah	1	10
Menengah	1	10
Tinggi	8	80
Total sampel	10	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui responden berada pada tingkat pendidikan terbanyak pada tingkat pendidikan tinggi (SMA/PT).

**Tabel 3.**  
**Distribusi produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan**  
**intervensi pijat oksitosin di wilayah kerja Puskesmas Batu Hampa (N=10)**

Kelompok	Mean	Standar deviasi	Min-max
Pre intervensi	21,90	10,482	8-40
Post intervensi	43,50	21,350	15-80

Berdasarkan tabel 3. diatas menunjukkan bahwa produksi asi sebelum dilakukan pemijatan menunjukkan nilai rata- rata (mean) adalah 21,90 dengan standar deviasi sebesar 10,482 dengan jumlah ASI terendah 8ml dan jumlah ASI tertinggi 25 ml. setelah dilakukan pemijatan pada bagian oksitosin didapatkan hasil rata-rata (mean) 43,50 dengan standar deviasi sebesar 21,350 dengan jumlah ASI terendah 15 ml dan jumlah ASI tertinggi 80 ml.

### **5. hubungan pemberian pijat oksitosin dengan produksi ASI**

Analisis bivariat dalam penelitian ini bertujuan menjawab hipotesa penelitian serta untuk melihat keefektifan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu yang memiliki anak usia 0-23 bulan di wilayah kerja puskesmas Batu Hampa, untuk dilakukan untuk mengetahui apakah data terdistribusi secara normal atau tidak, jika data tersebut tidak normal, maka uji yang digunakan dengan menggunakan *Wilcoxon Rank Rest*, tetapi jika data berdistribusi normal maka uji digunakan adalah uji t test.

Berikut tabel hasil uji normalitas

Tabel 3. Hasil uji normalitas produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin pada ibu yang memiliki anak 0-23 bulan di wilayah kerja puskesmas Batu Hampa (N=10)

		Paired Samples Statistics				
		Mean	N	Std. Deviation	MD	P Value
Pair 1	Pretest	21.90	10	10.482	21.6	.000
	Posttest	43.50	10	21.350		

Bedasarkan hasil uji normalitas diatas maka dapat disimpulkan bahwa ASI sebelum di berikan pijat oksitosin adalah 21,90 cc dengan Std. Deviasi 10,482. Sedangkan rata-rata ASI setelah diberikan pijat oksitosin adalah 43,50 cc dengan Std. Deviasi. Perbedaan kedua variabel adalah 21.6 cc. hasil uji statistic didapatkan nilai P-value = 0.0005 maka nilai P-value tabel < dari pada P-value  $\alpha 5\% = 0.05$ , artinya  $H_0$  ditolak yang berarti bahwa adanya perbedaan produksi ASI yang signifikan antara sebelum dan sesudah pijat oksitosin.

## 5. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil univariat diatas dapat disimpulkan nilai p value 0,001 atau p value 0,05 sehingga dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan produksi ASI sebelum dan setelah dilakukan intervensi pijat oksitosin, hal ini sesuai dengan teori yang menjelaskan bahwa pijat oksitosin untuk merangsang hipofisis anterior dan posterior untuk mengeluarkan hormone oksitosin ( Pillitery, 2013).

Pemijatan atau message merupakan salah satu intervensi atau pelaksanaan non farmakologis untuk mengurangi ketidak nyamanan pada pasien dan membantu pasien relaksasi, relakasasi ini bertujuan untuk menurunkan kadar epinefrin dan non epinefrin dalam darah sehingga adanya keseimbangan,selain itu pemijatan pada bagian punggung dapat merangsang pengeluaran hormone endorphin ( Guyton & Hall, 2008). Sedangkan endorphin sendiri berfungsi sebagai ejector dan rasa rileks dan menimbulkan ketenangan, sehingga pemijatan dapat menurunkan ketegangan otot, dalam penelitian ini pemijatan dilakukan sepanjang tulang belakang yang mana

merupakan daerah yang mudah terjadi penegangan otot ketika kelelahan sehingga pemijatan ini dapat meningkatkan ASI.

Hal ini diperkuat oleh penelitian (Mardiyarningsih dkk, 2011) bahwa intervensi pijat oksitosin dengan kombinasi teknik marmet terhadap produksi ASI pada ibu yang memiliki anak usia 0-23 bulan yang menyusui, bahwa adanya perbedaan proporsi kelancaran produksi ASI antara responden sebelum dan sesudah diberikan pijat oksitosin dengan P value 0,000 dibandingkan dengan p value tabel 0,05. Bahwa dapat diasumsi bahwa perlu dilakukan stimulasi reflek oksitosin sebelum ASI dikeluarkan atau di perah, selain itu dapat disimpulkan bahwa beberapa terapi juga dapat lebih efektif. Untuk itu terapi yang dapat digunakan untuk merangsang produksi ASI semakin banyak maka dapat digunakan terapi pijat oksitosin dimana terapi ini merangsang hypothalamus yaitu pada bagian hipofisis posterior dan anterior sehingga dapat memberikan kenyamanan dan merileksasikan tubuh, selain terapi pijat oksitosin jumlah ASI juga dipengaruhi oleh hisapan dan frekuensi menyusui hal ini diperkuat oleh pendapat Lawrence, 1994 bahwa menjelaskan bahwa jumlah ASI yang diproduksi atau jumlah prolactin yang disekresi berkaitan besarnya dengan stimulan isapa, frekuensi, intensitas dan lama bayi menghisap (Garza, Hopkinson, 1998; lawrencer, 1994: worthingtonroberts, 1993).

Pengetahuan ibu primipara pada factor perawatan payudara. Perawatan payudara yang dilakukan dengan benar dan teratur dapat merangsang produksi ASI serta mengurangi resiko luka saat menyusui. Selain itu, perawatan payudara bertujuan untuk mengurangi resiko mastitis yang dapat menghambat proses menyusui. Pengetahuan ibu primipara pada factor pijat oksitosin. Oksitosin merupakan hormone dihasilkan oleh hipofisis superior yang berperan dalam mempelancar pengeluaran ASI. Pengeluaran hormone oksitosin dapat dirangsang agar keluar lebih banyak, salah satunya dengan cara pijat oksitosin yang dilakukan di daerah punggung belakang. Pijat punggung selain berfungsi untuk meningkatkan produksi ASI, juga berfungsi untuk memberikan rasa nyaman pada ibu menyusui pasca melahirkan (Behrman, 2000).

Pengetahuan ibu primipara tentang teknik menyusui. Ibu menyusui sebaiknya menguasai teknik menyusui yang benar kegagalan dalam menyusui sehingga menyebabkan puting ibu lecet lalu ibu enggan untuk menyusui yang dapat berakibat produksi ASI menurun dan bayi tidak menyusu (Behman, 2000).

Pada pelaksanaan penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan diantaranya responden penelitian ini hanya berjumlah 10 orang, penelitian ini hanya melihat jumlah atau peningkatan produksi ASI sebelum dan setelah diberikan intervensi serta tidak menghubungkannya dengan karakteristik responden sehingga tidak dapat melihat gambaran atau hubungan antara karakteristik responden dengan produksi ASI.

## 6. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan intervensi didapatkan adanya perbedaan yang signifikan produksi ASI pada ibu yang memiliki anak usia 0-23 bulan yang masih menyusui sebelum dan setelah dilakukan terapi pijat oksitosin pada wilayah kerja puskesmas Batu Hampa kelurahan Tarok Dipo 2020.

## Daftar Pustaka

- Rahayu, R. Y., & Sudarmiati, S. (2012). Pengetahuan Ibu Primipara Tentang Faktor-Faktor Yang Dapat Mempengaruhi Produksi Asi. *Diponegoro Journal of Nursing*, 1(1), 108–115.
- Umbar Sari, D. (2017). Efektifitas Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Asi Di Rsia Annisa Tahun 2017. *Jl-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 1(1), 11–17. <https://doi.org/10.33006/ji-kes.v1i1.47>
- Pilaria, E., Sopiatus, R., & Kunci, K. (2018). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Pejeruk Kota Mataram Tahun 2017 The Effect of Oxytocin Massage on Postpartum Mother Breast Milk Production at Pejeruk Community Health Clinic of Mataram City in. *Jurnal Kedokteran Yarsi*, 26(1), 27–33.
- Rahayu, D., & Yunarsi. (2018). Peningkatan Produksi ASI Dwi Rahayu \* , Yunarsi \* \* Akademi Keperawatan Dharma Husada Kediri , email korespondensi : PE. *Ners Community*, 09, 8–14.
- Faridah Hanum, S. M., Purwanti, Y., & Rohmah khumairoh, I. (2016). Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi. *Midwifery*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.21070/mid.v1i1.343>