Journal for Quality in Women's Health | Vol. 2 No. 1 March 2019 | pp. 65 – 73
p-ISSN: 2615-6660 | e-ISSN: 2615-6644
DOI: 10.30994/jqwh.v1i2.30

Pengaruh Pijat Oksitosin dan Pijat Payudara terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum di RB Citra Lestari Kecamatan Bojonggede Kota Bogor Tahun 2018

Triana Indrayani[1], Anggita PH[1]

[1] Universitas Nasional, Fakultas Ilmu Kesehatan, DIV Kebidanan

Coresponding Author: Triana Indrayani (trianaindrayani21@gmail.com)

Received 4 March 2019; **Accepted** 4 March 2019; **Published** 10 March 2019

ABSTRAK

Latar Belakang: Bayi yang diberi susu selain ASI, mempunyai risiko 17 kali lebih mengalami diare dan tiga sampai empat kali lebih besar kemungkinan terkena ISPA dibandingkan dengan bayi yang mendapatkan ASI. Banyak permasalahan yang ditemukan pada ibu menyusui antara lain: ibu merasa bahwa ASInya tidak cukup dan ASI tidak keluar. Berdasarkan studi pendahulun yang telah dilakukan dengan teknik wawancara dan observasi pada 5 orang ibu postpartum spontan di ruang nifas. Dengan hasil bahwa 3 ibu nifas primipara mengatakan bayi telah berhasil dilakuakan IMD akan tetapi setelah 2 jam postpartum ASI tidak kelua. Sedangkan 2 ibu multipara yang mengatakan telah mengalami pengeluaran ASI saat usia kehamilan 37 minggu. Masalah pengeluaran ASI tidak lancar terjadi pada ibu primipara hari pertama dan kedua. Tujuan: Mengetahui pengaruh produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin dan pijat payudara di Rb Citra Lestari Kecamatan Bojonggede Kota Bogor. Metodologi: Menggunakan metode *pre eksperimental* dengan desain *PreTest-Posttes With Control Group Designs.* Sampel sebanyak 20 responden dengan teknik *accidental* Sampling. Instrumen yang diguanakan adalah 10 indikator Produksi ASI. Dianalisis menggunakan *Independent T-test* dan *Paired T-test*. Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukan bahwa ada pengaruh yang signifikan setelah dilakukan pijat oksitosin dan pijat payudara terhadap produksi ASI ibu postpartum dengan nilai *p value*= 0.000<(0.05) Ho ditolak dan Ha diterima. Simpulan dan Saran: Kedua intervensi pijat oksitosin dan pijat payudara ini akan membantu ibu dalam mengatasi masalah ASI sepeti ASI tidak keluar dan produksi ASI yang kurang. diharapkan kedua intervensi ini dapat diterapkan di BPM dan diparktekan dirumah dengan bantuan keluarga.

Kata Kunci: Pijat Oksitosin, Pijat Payudara, Ibu Postpartum, Produksi ASI

Copyright © 2019 STIKes Surya Mitra Husada
All rights reserved.

This is an open-acces article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

ASI adalah makanan yang sempurna bagi bayi dan berisi segala zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, zat gizi tersebut meliputi protein, karbohidrat, lemak,

vitamin, mineral, dan air. Selain itu ASI juga bermanfaat bagi bayi, adapun manfaat ASI dapat ditinjau dari berbagai aspek yaitu aspek kecerdasan aspek gizi, dan aspek imunologi (Arini, 2012).
Upaya untuk mendukung peningkatan pemberian ASI Ekslusif dapat dilihat dari telah dikeluarkannya berbagai pengakuan atau kesepakatan baik yang bersifat global maupun nasional yang bertujuan melindungi, mempromosi, dan mendukung pemberian ASI dan setiap bayi diseluruh dunia memperoleh haknya mendapat ASI. Sesuai dengan tujuan *sustainable development goals (SDGs)* ke-3 target ke-2 yaitu pada tahun 2030, mengakhiri kematian bayi dan balita yang dapat dicegah dengan seluruh Negara berusaha menurunkan angka kematian neonatal setidaknya hingga 12 per 1.000 kelahiran hidup (Henderson, 2009).

Menurut WHO (2013), bayi yang diberi susu selain ASI, mempunyai risiko 17 kali lebih mengalami diare, dan tiga sampai empat kali lebih besar kemungkinan terkena ISPA dibandingkan dengan bayi yang mendapatkan ASI. Oleh karena itu ibu memerlukan bantuan agar proses menyusui ASI eksklusif berhasil. Banyak permasalahan yang ditemukan pada ibu menyusui antara lain: ibu merasa bahwa ASInya tidak cukup bagi bayimya dan ASI tidak keluar lancar pada hari pertama kelahiran bayi. Sesungguhnya hal itu tidak disebabkan karena ibu tidak percaya diri bahwa ASInya cukup untuk bayinya tetapi kurangnya pengetahuan dan keterampilan ibu menyusui tentang keunggulan dan manfaat ASI menyebabkan mereka mudah terpengaruh oleh promosi susu formula yang sering dinyatakan sebagai pengganti air susu ibu. Sehingga sekarang ini semakin banyak ibu menyusui memberikan susu botol yang sebenarnya merugikan mereka.

Di Indonesia bayi yang mendapat ASI eksklusif pada tahun 2014 sebesar 45,55%. Kementrian Kesehatan (KemKes) sendiri telah menetapkan target cakupan pemberian ASI eksklusif per 2014 sebesar 80%. Kenyataannya, baru 27,5% ibu di Indonesia yang berhasil memberi ASI eksklusif (BKKBN), 2014).

Berdasarkan data dari Profil Pemberian ASI eklusif di Jawa Barat sebanyak 349.968 Bayi umur 0-6 bulan dari 754.438 jumlah bayi 0-6 bulan (46,4%), walaupun demikian tedapat 2 Kab/Kota yang telah melampaui target nasional, yaitu Kota Bandung 97,4% dan Kota Sukabumi 85,1%, dan yang paling rendah yaitu Kab/Kota Indramayu 11,6% dan Purwakarta 5,9%. Gambaran ini masih dibawah cakupan nasional 52,3% terlebih Target Nasional sebesar 80%, sedangkan Kota Bogor telah melebihi target sebanyak 53,3% dan Kabupaten Bogor 52,6% (Dinkes Jawa Barat, 2016).
Hormon oksitosin berdampak pada pengeluaran hormone prolaktin sebagai stimulasi produksi ASI pada ibu selama menyusui. Oleh sebab itu perlu dilakukan stimulasi reflek oksitosin sebelum ASI dikeluarkan atau diperas. Bentuk stimulasi yang dilakukan pada ibu adalah dengan pijat oksitosin (Amin & Jaya, 2011).

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebra) sampai tulang costae kelima-keenam dan merupak usaha untuk merangsang hormone prolaktin dan oksitosi setelah melahirkan. Pijat ini berfungsi untuk menigkatkan hormon oksitosi yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI otomatis keluar. Hal penting bahwa bayi tidak akan mendapatkan ASI cukup bila hanya mengandalkan refleks pembentukn ASI atau reflex prolaktin saja (Roesli, 2010).

Selain untuk merangsang refleks let down manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi pembekakan payudara, mengurangi sumbatan, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Depkes RI, 2007).

Perawatan payudara (*breast care*) juga merupakan stimulasi yang dapat diberikan untuk merangsang pengeluaran ASI. Perawatan payudara adalah cara pemberian rangsangan pada otot-otot payudara untuk memperlancar ASI yang terdiri atas pembersihan dan rangsangan putting susu, massase payudara dan kompres payudara (Bahiyatun, 2009).

Merangsang payudara akan mempengaruhi hypofise untuk mengeluarkan hormone oksitosin lebih banyak lagi. Pengeluaran oksitosin selain dipengaruhi oleh isapan bayi, juga oleh reseptor yang terletak pada ductus. Bila ductus melebar, maka secara reflektoris oksitosin dikeluarkan oleh hipofisis. Hormon oksitosin akan menimbuklan kontraksi pada sel-sel lain sekitar alveoli sehingga air susu mengalir turun kearah putting secara mekanik, pemijatan atau penekanan pada payudara akan membantu ASI keluar dari alveoli dan seluruh ductus. Semua gerakan pemijatan bermanfaat melancarkan pengeluaran ASI dan merupakan cara efektif meningkatkan volume ASI, serta mencegah bendungan ASI. Perawatan payudara juga memperlancar sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya

saluran susu sehingga mempercepat sekresi ASI. Perawatan payudara dapat dilakukan oleh ibu secara mandiri selama kurang lebih 15-20 menit (Kristiyanasari, 2009).

Menurut penelitian yang dilakukan Hotmaria (2015) dengan judul pijat oksitosin dan perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas. Penelitian ini menggunakan metode penelitian pra-eksperimen dengan rancangan one group pretest posttest. Pada penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel secara Non Random dengan cara Consecutive Sampling. Hasil: Uji Wilcoxon pada perawatan payudara menunjukkan bahwa p value < α (0,001 <0,05), sedangkan pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas memiliki nilai p value 0,000. Menunjukan bahwa terdapat pengaruh pijat oksitosin dan massage payudara terhadap pebgeluaran ASI.

Berdasarkan survey pendahuluan yang telah dilakukan pada 5 orang ibu postpartum spontan, 3 primipara dan 2 multipara di ruang nifas Rb Citra Lestari Kecamatan Bojonggede Kota Bogor dengan teknik wawancara dan observasi. Hasil observasi didapatkan hasil bahwa ibu nifas primipara mengatakan bayi telah berhasil dilakuakan IMD akan tetapi setelah 2 jam postpartum ASI tidak keluar dan ibu sulit menyusui bayinya. Hal ini berbeda dengan ibu multipara yang mengatakan telah mengalami pengeluaran cairan atau ASI saat usia kehamilan 37 minggu. Masalah pengeluaran ASI tidak lancar terjadi pada ibu primipara hari pertama dan kedua, hal ini dapat dilihat dari bentuk payudara ibu yang tampak tidak kencang dan bayi jarang diberikan ASI. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Pijat Oksitosin Dan Pijat Payudara Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum".

Tujuan peneliti ini secara umum untuk mengetahui "Pengaruh pijat oksitosin dan pijat payudara terhadap produksi ASI pada ibu postpartum Di Rb Citra Lestari Kecamatan Bojonggede Kota Bogor Pada Tahun 2018.

METODE

Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian *Quasy Eksperimental* dengan pendekatan *Pretest Posttest With Control Group Design.* Pada kedua kelompok diawali dengan diberi *pretest* (01) (sebelum diberi perlakuan) dan diikuti intervensi (X) pada kelompok eksperimen. Setelah beberapa waktu dilakukan *posttest* (02) pada kedua kelompok tersebut. dan selanjutnya di observasi hasilnya. (Notoadmojo, 2010). Untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin dan pijat payudara terhadap produksi ASI ibu postpartum.

Penelitian ini menggunakan data primer yang didapatkan secara langsung dari responden. Populasi dalam penelitian ini yaitu ibu primipara dengan persalinan normal dengan jumlah responden sebanyak 20 responden Teknik pengambilan sampel kasus adalah dengan *accidental sampling* yang berarti dengan mengambil kasus atau responden yang secara kebetulan ada atau tersedia di suatu tempat sesuai dengan konteks penelitian.

HASIL PENELITIAN

Hasil Univariat 1

Tabel 1.1 Hasil Univariat

Distribusi Frekuensi Produksi ASI Ibu Postpartum Sebelum dan Setelah Dilakukan Pijat Oksitosin di RB Citra Lestrai Bojonggede Kota Bogor Tahun 2018 Pada Kelompok Intervensi

Variabel	Produksi ASI	Jumlah	%
Pre test	Kurang (0-3)	6	60
	Cukup (4-6)	4	40
	Banyak (7-10)	0	0
	Total	**10**	**100**
Post test	Kurang (0-3)	0	0
	Cukup (4-6)	2	20
	Banyak (7-10)	8	80
	Total	**10**	**100**

Berdasarkan table 1.1 menunjukan bahwa produksi ASI pada kelompok perlakuan sebelum dilakukan pijat oksitosin terbesar pada kategori kurang sebanyak 6 responden (60%) dan setelah dilakukan pijat oksitosin terbesar pada kategori cukup sebanyak 8 responden (80%).

Tabel 1.2

Variabel	Produksi ASI	Jumlah	%
Pre test	Kurang (0-3)	6	60
	Cukup (4-6)	4	40
	Banyak (7-10)	0	0
	Total	**10**	**100**
Post test	Kurang (0-3)	7	70
	Cukup (4-6)	2	20
	Banyak (7-10)	1	10
	Total	**10**	**100**

Distribusi Frekuensi Produksi ASI Ibu Postpartum Sebelum dan Setelah Dilakukan Pijat Payudara di Rb Citra Lestrai Bojonggede Kota Bogor Tahun 2018 Pada Kelompok Kontrol

Berdasarkan table 1.2 menunjukan bahwa produksi ASI pada kelompok kontrol sebelum dilakukan pijat payudara terbesar pada kategori kurang sebanyak 6 responden (60%) dan setelah dilakukan pijat payudara terbesar pada kategori kurang sebanyak 7 responden (70%).

Hasil Bivariat 2

Tabel 2.1 Hasil Bivariat

Pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di Rb Citra Lestari Kecamatan Bojonggede Kota Bogor tahun 2018 pada kelompok Intervensi dengan Uji *Paired T-test*

Variabel		N	Mean	Nilai t	Sig
Pijat Oksitosin	***Pre Test***	10	3.40	-9.083	0.000
Pijat Oksitosin	***Post Test***	10	8.10		

Berdasarkan tabel 2.1 menunjukan bahwa nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0.000 < 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan pijat oksitsin terhadap produksi ASI.

Tabel 2.2

Pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan pijat payudara terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di Rb Citra Lestari Kecamatan Bojonggede Kota Bogor tahun 2018 pada kelompok kontrol dengan Uji *Paired T-test*

Variabel		N	Mean	Nilai t	Sig
Pijat Payudara	***Pre Test***	10	3.40	-2.703	0.024
Pijat Payudara	***Post Test***	10	4.50		

Berdasarkan tabel 2.2 menunjukan bahwa nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0.024 < 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan pijat payudra terhadap produksi ASI.

Tabel 2.3

Pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di Rb Citra Lestari Kecamatan Bojonggede Kota Bogor tahun 2018 pada kelompok Intervensi dengan uji *Independent T-test*

Variabel		Mean	Std Deviasi	Sig
Pijat Oksitosin	***Pre Test***	3.40	1.174	1.000
Pijat Oksitosin	***Post Test***	8.10	1.370	0.000

Berdasarkan tabel 2.3 menunjukan bahwa nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 1.000 > 0.05 pada pretest pijat oksitosin, maka dapat simpulkan bahwa hipotesis ditolak. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan maka dapat dikatakan bahwa tidak ada pengaruh sebelum dilakukan pijat oksitosin terhadap produksi ASI. Sedangkan pada hasil nilai Asymp. Sig (2-tailed) setelah dilakukan pijat oksitosin sebesar 0.000 < 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan maka dapat dikatakan bahwa ada pengaruh setelah dilakukan pijat oksitosin terhadap produksi ASI.

Tabel 2.4

Pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan pijat payudara terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di Rb Citra Lestari Kecamatan Bojonggede Kota Bogor tahun 2018 pada kelompok kontrol dengan uji *Independent T-test*

Variabel		Mean	Std Deviasi	Sig
Pijat Payudara	***Pre Test***	3.40	1.174	1.000
Pijat Payudara	***Post Test***	4.50	1.179	0.000

Berdasarkan tabel 2.4 menunjukan bahwa nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 1.000 > 0.05 pada pretest pijat payudara, maka dapat simpulkan bahwa hipotesis ditolak. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan maka dapat dikatakan bahwa tidak ada pengaruh sebelum dilakukan pijat payudara terhadap produksi ASI. Sedangkan pada hasil nilai Asymp. Sig (2-tailed) setelah dilakukan pijat payudara sebesar 0.000 < 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan maka dapat dikatakan bahwa ada pengaruh setelah dilakukan pijat payudara terhadap produksi ASI.

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

1. Produksi ASI sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin dan pijat payudara pada kelompok Intervensi dan kontrol

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada ibu postpartum sebanyak 10 orang pada kelompok pijat oksitosin, menunjukan bahwa produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin sebagian besar responden mengalami produksi ASI kurang yaitu sebanyak 6 orang 60%). Dan produksi ASI setelah dilakukan pijat oksitosin sebagian besar responden mengalami produksi ASI banyak yaitu sebanyak 8 orang (80%).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada ibu postpartum sebanyak 10 orang pada kelompok pijat payudara, menunjukan bahwa produksi ASI sebelum dilakukan pijat payudara sebagian besar responden mengalami produksi ASI kurang yaitu sebanyak 6 orang 60%). Dan produksi ASI setelah dilakukan pijat payudara sebagian besar responden mengalami produksi ASI kurang yaitu sebanyak 7 orang (70%).

Berdasarkan teori yang diungkapkan oleh (Haryono, 2013), tanda bayi cukup ASI yaitu bayi buang air kecil minimal 6 kali per hari dan warna air kecil jernih atau kekuningan, bayi sering buang air besar kuning dan tampak seperti berbiji, bayi tampak puas,tenang dan mengantuk, bayi menyusu paling sedikit 10 kali dalam 24 jam, payudara ibu terasa kosong dan lunak setelah menyusui, ibu dapat merasakan turunnya ASI ketika bayi pertama kali menyusu, ibu dapat mendengar bunyi menelan ketika menelan ASI, berat badan bayi naik dan tanda bayi kurang ASI yaitu Kenaikan berat badan bayi kurang ,Jumlah kencing sedikit atau kurang dari 6 kali sehari, Bayi tidak puas setelah menyusu, Bayi sering menangis, bayi menolak menyusu, Kotoran bayi keras, kering dan berwarna hijau.

Menurut asumsi penulis produksi ASI pada ibu postpartum sebelum dilakukan pijat oksitosin mengalami masalah ASI yaitu tidak keluar ataupun tidak lancar, setelah dilakukan pijat oksitosin produksi ASI ibu bertambah dan ASI dapat keluar sehingga bayi dapat menyusu dengan baik dan ibu tidak merasa khawatir akan kebutuhan nutrisi pada bayinya. Hal ini berbeda dengan kelompok kontrol yang diberikan Pijat Payudara. Sebelum dilakukan pijat payudara produksi ASI ibu dalam kategori kurang dan setelah dilakukan pijat payudara produksi ASI nya hanya bertambah sedikit dan masih dalam kategori kurang. Masalah pengeluaran ASI ini merupakan masalah yang sering terjadi pada ibu menyusui terutama diawal kelahiran dan hal ini membuat mereka berhenti menyusui bahkan lebih memilih penggunaan susu formula untuk memenuhi kebutuhan konsumsi bayinya, sehingga pemberian ASI secara esklusif gagal tercapai.

Analisis Bivariat

1. Pengaruh produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin dan pijat payudara pada kelompok Intervensi dan Kontrol

Hasil analisis data pada kelompok intervensi menunjukan bahwa nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0.000 < 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan pijat oksitsin terhadap produksi ASI. Dan analisis data pada kelompok kontrol dengan nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0.024 < 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan pijat payudra terhadap produksi ASI.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Tiur Wulan Mayasari (2017) dengan judul Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui di Desa Merbuh Kecamatan Singorojo Kabupaten Kendal, menunjukkan bahwa ibu menyusui sebelum diberikan pijat oksitosin sebagian besar kurang (60%) dan sesudah diberikan pijat oksitosin sebagian besar cukup (53%) dan Analisis Bivariat menunjukan ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu menyusui di Desa Merbuh Kecamatan Kendal dengan nilai p value=0.000(p value<0,05). Penelitian ini didukung oleh teori (Kodrat, 2010), tidak semua ibu menyusui mengeluarkan ASI yang cukup untuk bayinya dimana faktor penghambat dalam pemberian ASI adalah produksi ASI itu sendiri.

Tindakan breast care adalah pemeliharaan payudara yang dilakukan untuk memperlancar pengeluaran ASI dengan melakukan pemijatan. Perawatan payudara sangat penting dilakukan selama hamil sampai menyusui. Breast care mempengaruhi letdown reflex karena ada rangsangan dalam puting susu. Sedangkan pijat oksitosin merupakan salah satu cara untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan yang dimulai pada tulang belakang servikal (servical vertebrae) sampai tulang belakang torakalis dua belas dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan.

Pijat oksitosin dan massage payudara merupakan intervensi yang sama-sama berguna dalam proses laktasi terutama pada hari-hari pertama pasca kelahiran karena kedua intervensi ini membantu memaksimalkan pengeluaran hormon laktasi seperti prolaktin dan oksitosin (Rahardjo, 2007; Guyton, 2009) dalam Sinaga, 2015.

Produksi ASI yang kurang dan lambat keluar dapat menyebabkan ibu tidak memberikan ASI pada bayinya dengan cukup. Selain hormon prolaktin, proses laktasi juga bergantung pada hormon oksitosin yang dilepas dari hipofise posterior sebagai reaksi terhadap penghisapan puting. Oksitosin mempengaruhi sel-sel mioepitel yang mengelilingi alveoli mammae, sehingga alveoli berkontraksi dan mengeluarkan air susu yang sudah disekresikan oleh kelenjar Mammae, refleks oksitosin ini dipengaruhi oleh jiwa ibu. Jika ada rasa cemas, stress dan ragu yang terjadi, maka pengeluaran ASI bisa terhambat. Selain itu ibu harus memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan pijat oksitosin yaitu mendengarkan suara bayi yang dapat memicu aliran yang memperlihatkan bagaimana produksi susu dapat dipengaruhi secara psikologi dan kondisi lingkungan saat menyusui, rasa percaya diri sehingga tidak muncul persepsi tentang ketidak cukupan suplai ASI, mendekatkan diri dengan bayi, relaksasi yaitu latihan yang bersifat merilekskan maupun menenangkan seperti meditasi, yoga, dan relaksasi progresif dapat membantu memulihkan ketidak seimbangan saraf dan hormon dan memberikan ketenangan alami, sentuhan dan Pijatan Ketika menyusui, dukungan suami dan keluarga, minum kopi karena mengandung kafein, menghangatkan payudara, merangsang puting susu yaitu dengan menarik dan memutar putting secara perlahan denganjari-jarinya (Astutik, 2014).
Menurut asumsi penulis kedua intervensi ini sama-sama memiliki pengaruh terhadap produksi ASI sehingga bisa menjadi solusi untuk ibu postpartum yang menggalami masalah produksi ASI dan pengeluaran ASI. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini adalah pijat oksitosin lebih berpengaruh terhadap produksi ASI setelah dilakukan intervensi dibandingkan dengan massage payudara, hal ini menurut peneliti karena pada ibu yang dilakukan pijat oksitosin merasa lebih rileks karena adanya perlakuan pemijatan pada daerah punggung yang menstimulasi banyak titik syaraf yang merangsang pengeluaran oksitosin secara cepat dan pada intervensi massage payudara sebagian ibu mengeluh merasa kesakitan pada saat dilakukan intervensi dan sebagian dari mereka meminta untuk melakukan sendiri untuk menggurangi sakit didaerah pemijatan.

2. Perbedaan pengaruh sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin dan pijat payudara pada kelompok Intervensi dan Kontrol

Hasil pengukuran produksi ASI sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin dan pijat payudara menunjukan adanya perubahan kenaikan produksi ASI dari *pretest* (sebelum dilakukan pijat oksitosin dan pijat payudara) ke *posttest* (sesudah dilakukan pijat oksitosin dan pijat payudara) dengan mean *PreTest* pijat oksitosin 3.40 skala (kurang-cukup) dan *PreTest* pijat payudara sebesar 3.40 (kurang-cukup), sedangkan pada *posttest* pijat oksitosin 8.10 (cukup-banyak) dan *posttest* pijat payudara 4.50 (kurang-cukup-banyak). Hasil analisi bivariat menunjukan nilai *p value* = 1.000 >(0.05) menunjukan bahwa tidak ada pengaruh sebelum dilakukan pijat oksitosin dan pijat payudara terhadap produksi ASI ibu postpartum sedangkan nilai *p value* = 0.000 <(0.05) menunjukan bahwa ada pengaruh setelah dilakukan pijat oksitosin dan pijat payudara terhadap produksi ASI ibu postpartum.

Hasil penelitian ini tidak jauh berbeda dengan penelitian Purnama (2013) terhadap 50 orang ibu post section caesarea di Banyumas yang menyatakan antara breast care dan pijat oksitosin tidak memiliki perbedaan pengaruh yang signifikan. Pada penelitian tersebut, Purnama (2013) menggunakan berat urin bayi sebagai indikator produksi ASI sedangkan pada penelitian ini peneliti menggunakan 10 indikator produksi ASI melalui ibu.

Breast care dan pijat oksitosin merupakan intervensi yang sama- sama berguna dalam proses laktasi terutama pada hari- hari pertama pasca kelahiran karena kedua intervensi ini membantu memaksimalkan pengeluaran hormone laktasi seperti prolaktin dan oksitosin (Rahardjo, 2007; Guyton, 2009). Penelitian ini terlihat pengaruh yang lebih signifikan terdapat pada pijat oksitosin dibandingkan pijat payudara.

Hal ini dikarenakan pijat oksitosin merupakan pemijatan pada sepanjang kedua sisi tulang belakang. Pijatan ini dilakukan untuk merangsang hormon oksitosin atau refleks pengeluaran ASI. Ibu yang menerima pijat oksitosin akan merasa lebih rileks (F.B Monika, 2014). Pijat oksitosin yang dilakukan akan memberikan kenyamanan pada ibu sehingga akan memberikan kenyamanan pada bayi yang disusui. Secara fisiologis hal tersebut meningkatkan hormon oksitosin yang dikirimkan ke otak sehingga hormon oksitosin dikeluarkan dan mengalir ke dalam darah, kemudian masuk ke payudara ibu menyebabkan otot-otot disekitar alveoli berkontraksi dan membuat ASI mengalir di saluran ASI (*milk ducts*).

Menurut asumsi penulis kedua intervensi ini sama-sama memiliki pengaruh terhadap produksi ASI apabila digunakan dengan benar dan rutin selama masa nifas, pijat oksitosin yang dilakukan dengan cara pemijatan pada tulang belakang ini memberikan reaksi yang baik yang membuat ibu merasa rileks dan nyaman sehingga dapat memicu pengeluaran ASI, sedangkan untuk manfaat pijat payudara sendiri jika dilakukan dengan benar dan rutin juga dapat menghasilakn reaksi yang sama tetapi pada kenyataan yang ditemukan saat penelitian, tidak semua ibu bersedia dilakukan pijat payudara dengan alasan payudara nya akan terasa sakit ketika ditekan, hal ini yang menyebabkan berkurangnya keefektifan dari pijat payudara sendiri.

KESIMPULAN

1. Hasil analisis dengan *Paired T-test* kelompok intervensi didapatkan bahwa nilai *p value* 0.000< (0.05) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh setelah dilakukan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu postpartum. Hasil analisis pada kelompok pijat payudara didapatkan hasil nilai *p value* 0.024 <(0.05) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh setelah dilakukan pijat payudara terhadap produksi ASI ibu postpartum.

2. Hasil perbedaan pengaruh sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin dan pijat payudara dengan *Independent T-test* didapatkan hasil analisis data pretes kelompok intervensi dan kelompok dengan nilai *p value* 1.000 >(0.05) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh sebelum dilakukan pijat oksitosin dan pijat payudara terhadap produksi ASI ibu postpartum. Sedangkan pada posttest kelompok intervensi dan kontrol didapatkan hasil analisis nilai *p value* 0.000 <(0.05) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh setelah dilakukan pijat oksitosin dan pijat payudara terhadap produksi ASI ibu postpartum.

SARAN

Bagi Peneliti Selanjutnaya diharapkan bagi peneliti lain agar terus mengembangkan penelitian tentang Pijat Oksitosin dan Perawatan Payudara terhadap produksi dan pengeluaran ASI pada ibu nifas dengan membandingkan efektivitas Pijat Oksitosin dan Perawatan Payudara dengan intervensi lain yang bisa mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI.

REFERENSI

Amin, M., & Jaya, H. (2011). *Efektivitas Massase Rolling (Punggung) terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Operasi Sectio Secsarea di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang*. Available online on: http://poltekkespalembang.ac.id/userfiles/files/efektifitas_massase_rolling_%28punggung%29.pdf. Diakses 20 april 2018.

Arini. (2012). *Mengapa Seorang Ibu Harus Menyusui*. Jakarta: Flashbook.

Astutik, & Yulia, R. (2014). *Payudara dan laktasi.* Jakarta: Salemba Medika.

Bahiyatun, S., S. (2009). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas* Nasional. Jakarta: EGC.

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) [Indonesia]. (2014). *Rencana Strategis Kependudukan dan KB Nasional 2010-2014*. Jakarta; Indonesia: BKKBN.

Depkes RI. (2007). *Pelatihan Konseling Menyusui*. Jakarta: Depkes RI. Available online on: https://www.google.com/webhp?ie=utf8&oe=utf8&client=firefoxb#q=konseling+menyusui+depkes+RI+2007*. Diakses 20 april 2018.

Dinkes Jawa Barat. (2016). *Profil Kesehatan*. Jawa Barat.

Haryono, Rudi, & Setianingsih, S. (2014). *Manfaat ASI Eksklusif untuk Buah Hati Anda*. Yogyakarta.

Kristiyanasari, W. (2009). ASI, Menyusui & SADARI. Yogyakarta: Nuha Medika.

Mayasari, T., W., & Susanti, Y., & Livana, PH. (2017). *Jurnal Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui*. *Program Studi Ilmu Keperawatan Kendal, Stikes Kendal, Vol 9 Maret 2017*.

Monica, (2014). *Buku pintar ASI dan Menyusui*. Noura Books. Jakarta.

Notoatmodjo, S. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Purnama, R., R. (2013). *Efektivitas Antara Pijat Oksitosin dan Breast Care terhadap Produksi Air Susu Ibu pada Ibu Postpartum dengan Sectio Caesarea di RSUD Banyumas. Fakultas Keperawatan Universitas Jendral Soedirman*.

Roesli. (2010). *ASI Ekslusif.* Trubus Agriwidya: Jakarta dkk. Buku Ajar Keperawatan Maternitas Edisi 4. Jakarta: EGC; 2006.

Sinaga, N. (2015). *Perbandingan Pengaruh Breast Care Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Air Susu Ibu Post Sectio Caesarea Di Ruang Nifas Rsud Kota Bandung.* Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran.