

HUBUNGAN PIJAT OKSITOSIN DENGAN PRODUKSI ASI IBU NIFAS DI DESA USTUTUN KECAMATAN WETAR BARAT KAB. MALUKU BARAT DAYA TAHUN 2021

Maulida Nopianti¹⁾, Uswatun Kasanah²⁾, Amelia Nur Hidayanti³⁾
Program Studi Sarjana Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati
Email: maulidan.nm@gmail.com

ABSTRAK

Pemberian asi pada bayi sangat penting terutama dalam periode awal kehidupan, oleh karena itu bayi cukup diberi asi secara eksklusif selama 6 bulan pertama tanpa menambahkan dan atau mengganti dengan makanan atau minuman lain. World Health Organization (WHO) di tahun 2020 menjelaskan bahwa terdapat peningkatan pemberian ASI eksklusif secara global walaupun tidak signifikan. Terdapat sekitar 44% bayi usia 0-6 bulan di seluruh dunia yang mendapatkan ASI eksklusif selama periode 2015-2020 dari 50% target pemberian ASI eksklusif. Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan penelitian korelasional yaitu teknik desain penelitian non-eksperimental. Penelitian ini dilakukan di Desa Ustutun Kec. Wetar Tahun 2021. Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober – November Tahun 2021. Populasi dalam penelitian sebanyak 30 orang. Jumlah sampel penelitian sebanyak 30 ibu nifas, menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data menggunakan analisis univariat dan bivariat uji spearman. Hasil uji statistic di dapatkan nilai p-value 0001. Dapat disimpulkan adanya pengaruh pemberian pijat oksitosin dengan produksi ASI pada ibu nifas. Berdasarkan hasil ini disarankan untuk mengembangkan pelayanan dengan memberikan intervensi pijat oksitosin pada ibu nifas untuk membantu meningkatkan ASI.

Kata Kunci: Pijat Oksitosin, Produksi ASI, Ibu Nifas

ABSTRACT

Breastfeeding babies are very important, especially in the early period of life, therefore babies should be exclusively breastfed for the first 6 months without adding and or replacing with other foods or drinks. The World Health Organization (WHO) in 2020 explained that there was an increase in exclusive breastfeeding globally, although it was not significant. There are around 44% of infants aged 0-6 months worldwide who are exclusively breastfed during the 2015-2020 period from the 50% target of exclusive breastfeeding. This research method is quantitative with a correlational research design, namely non-experimental research design techniques. This research was conducted in Ustutun Village, Kec. Wetar in 2021. This research was conducted in October – November 2021. The population in the study was 30 people. The number of research samples was 30 postpartum mothers, using a total sampling technique. Data collection using univariate and bivariate analysis Spearman test. The results of the statistical test obtained a p-value of 0001. It can be concluded that there is an effect of giving oxytocin massage to breast milk production in postpartum mothers. Based on these results, it is recommended to develop services by providing oxytocin massage interventions to postpartum mothers to help increase breastfeeding.

Keywords: Oxytocin Massage, milk production, postpartum mother

PENDAHULUAN

United Nations Children's Fund (UNICEF) menyebutkan bahwa kematian sekitar 30 ribu anak di Indonesia setiap tahunnya dapat dicegah melalui pemberian ASI secara eksklusif selama

6 bulan sejak kelahiran bayi. Dalam menanggulangi hal ini, Pemerintah telah menetapkan peraturan pemerintah No 33 Tahun 2012 tentang pemberian ASI Eksklusif, peraturan pemerintah tersebut yaitu ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan tanpa menambahkan atau menggantikan

dengan makanan atau minuman lain. (Unicef, 2013).

ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan pembunuh kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi. Kolostrum berwarna kekuningan dihasilkan pada hari pertama sampai hari ketiga. Hari keempat sampai hari kesepuluh ASI mengandung immunoglobulin, protein, dan laktosa lebih sedikit dibandingkan kolostrum tetapi lemak dan kalori lebih tinggi dengan warna susu lebih putih. Selain mengandung zat-zat makanan, ASI juga mengandung zat penyerap berupa enzim tersendiri yang tidak akan mengganggu enzim di usus. Secara global pada tahun 2019, 144 juta balita diperkirakan stunting, 47 juta diperkirakan kurus dan 38,3 juta mengalami kelebihan berat badan atau obesitas (WHO, 2020).

Pada kenyataannya, masih terdapat permasalahan dalam menyusui oleh ibu di Indonesia yang baru saja melahirkan. Cakupan ASI Eksklusif di Indonesia hanya sebesar 38%, belum mencapai angka yang diharapkan yaitu 80%. Rendahnya cakupan ASI Eksklusif dipengaruhi oleh adanya penghentian pemberian ASI bagi bayi dengan alasan karena produksi ASI yang masih kurang. Salah satu usaha yang dapat dilakukan untuk melancarkan produksi ASI yaitu dengan mengkonsumsi ekstrak daun katuk (Rosdianah dan Irmawati, 2021).

Berdasarkan tujuan dari pembangunan kesehatan di Indonesia di tahun 2010-2014, maka tahun 2015 Kementerian Kesehatan Indonesia menetapkan tujuan pembangunan Kesehatan di Indonesia yaitu salah satunya menurunkan angka kematian bayi dari 32 menjadi 24 per 1.000 kelahiran hidup. Sehubungan dengan *Sustainable Development*

Goals (SDG's) atau Tujuan Pembangunan Berkelanjutan 2030, menyusui merupakan salah satu langkah pertama bagi seorang manusia untuk mendapatkan kehidupan yang sehat dan sejahtera. Sayangnya, tidak semua orang mengetahui hal ini (Kemenkes RI, 2015).

Pijat oksitosin juga merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pemijatan ini dilakukan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae ke-V dan VI guna merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Salah satu hormon yang berperan dalam produksi ASI adalah hormon oksitosin, sehingga saat terjadi stimulasi hormon payudara berkontraksi. Kontraksi inilah yang menyebabkan ASI keluar lalu mengalir dalam saluran payudara sehingga keluarlah tetesan air susu dari puting payudara. Oksitosin diproduksi oleh kelenjar pituitari posterior (neurohipofisis). Saat bayi mengisap areola akan mengirimkan stimulasi ke neurohipofisis untuk memproduksi dan melepaskan oksitosin secara intermiten. Oksitosin akan masuk ke aliran darah ibu dan merangsang sel otot di sekeliling alveoli berkontraksi membuat ASI yang telah terkumpul di dalamnya mengalir ke saluran-saluran ductus. (Anik, 2015).

METODE

Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan penelitian korelasional yaitu teknik desain penelitian non-eksperimental. Penelitian ini dilakukan di Desa Ustutun Kec. Wetar Tahun 2021. Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober – November Tahun 2021. Populasi dalam penelitian sebanyak 30 orang. Jumlah sampel penelitian sebanyak 30 ibu nifas, menggunakan teknik *total sampling*. Pengumpulan data menggunakan analisis univariat dan bivariat uji *spearman*.

HASIL

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia pada Ibu Nifas Dengan Produksi ASI di Desa Ustutun Kecamatan Wetar Tahun Tahun 2021

No	Usia Responden	Frekuensi	Persentase (%)
1	17-19	3	10,0
2	20-30	17	56,7
3	31-39	9	30,0
4	>40	1	3,3
	Total	30	100,0

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa dari 30 responden, mayoritas responden berusia 20-30 tahun sebanyak 17 orang (56,7%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan pada Ibu Nifas dengan Produksi ASI di Desa Ustutun Kecamatan Wetar Tahun 2021

No	Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1	SD	3	10,0
2	SMP	8	26,7
3	SMA	15	50,0
4	Perguruan Tinggi	4	13,3
	Total	30	100,0

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa dari 30 responden, mayoritas responden berpendidikan SMA sebanyak 15 orang (50,0%).

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan pada Ibu Nifas dengan Produksi ASI di Desa Ustutun Kecamatan Wetar Tahun 2021

No	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
1	IRT	14	46,7
2	PNS	1	3,3
3	Petani	4	13,3
4	Wiraswasta	11	36,7
	Total	30	100,0

Berdasarkan tabel 3 di atas menunjukkan bahwa dari 30 responden, mayoritas responden bekerja sebagai IRT sebanyak 14 orang (46,7%).

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Produksi ASI pada Ibu Nifas di Desa Ustutun Kecamatan Wetar Tahun 2021

No	Produksi ASI	Frekuensi	Persentase (%)
1	Lancar	13	43,3
2	Cukup Lancar	16	53,3
3	Kurang Lancar	1	3,3
	Total	30	100,0

Berdasarkan tabel 4 di atas menunjukkan bahwa dari 30 responden, ibu nifas yang memiliki produksi ASI cukup lancar sebanyak 16 orang (53,3%).

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Responen yang Melakukan Pijat Okstosin di Desa Ustutun Kecamatan Wetar Tahun 2021

No	Pijat Oksitosin	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak Melakukan	7	20,3
2	Melakukan Pijat	23	76,7

Berdasarkan tabel 5 di atas menunjukkan bahwa dari 30 responden, ibu yang melakukan pijat oksitosin sebanyak 23 orang (76,7%).

Tabel 6
Hasil Analisis Hubungan Pijat Oksitosis dengan Produksi ASI Ibu Nifas di Desa Ustutun Kecamatan Wetar Tahun 2021

Variabel	N	Corelation Koefesien	Standar Deviasi	α
Pijat oksitosin	30	474	,001	0,05

Tabel 6 di atas menunjukkan hasil uji spearman. Didapatkan *p value* pijat oksitosin 0,001 dengan taraf signifikan *alpha* ($\alpha=0,05$). Jika *p value* lebih besar dari $\alpha=0,05$ maka hipotesis nol ditolak dan jika *p value* lebih kecil dari $\alpha=0,05$ maka hipotesis nol di terima. Hasil menunjukkan *p value* lebih kecil dari $\alpha=0,05$ ($0,001 < 0,05$). yang artinya dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pijat oksitosin dengan produksi ASI

PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan *p value* pijat oksitosin 0,001 dengan taraf signifikan *alpha* ($\alpha=0,05$). Jika *p value* lebih besar dari $\alpha=0,05$ maka hipotesis nol ditolak dan jika *p value* lebih kecil dari $\alpha=0,05$ yang artinya dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pijat oksitosin dengan produksi ASI.

Peneliti menilai bahwasanya produksi ASI sangat dipengaruhi oleh faktor kejiwaan, ibu yang selalu dalam keadaan tertekan, sedih, kurang percaya diri dan berbagai bentuk ketegangan emosional akan menurunkan volume ASI bahkan tidak akan terjadi produksi ASI. ASI dapat diproduksi dengan baik jika ibu dalam keadaan tenang dan nyaman.

Oksitosin diproduksi oleh kelenjar pituitari posterior (neurohipofisis). Saat bayi mengisap areola akan mengirimkan stimulasi ke neurohipofisis untuk memproduksi dan melepaskan oksitosin secara intermiten. Oksitosin akan masuk ke aliran darah ibu dan merangsang sel otot di sekeliling alveoli berkontraksi membuat

ASI yang telah terkumpul di dalamnya mengalir ke saluran-saluran ductus (Pudiastuti, 2016).

Pijatan atau rangsangan pada tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hypothalamus di hypofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susu. Pijatan ini juga akan merelaksasi ketegangan, dan menghilangkan stress sehingga dapat merangsang pengeluaran hormon oksitosin dan akan membantu pengeluaran air susu ibu, dibantu dengan isapan bayi pada puting susu saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal.(Dwi Sunar, 2012).

Pijat oksitosin adalah satu terapi non farmakologi yang dilakukan untuk memperlancar produksi ASI. Oksitosin adalah hormon yang sering dikaitkan dengan persalinan dan proses pengeluaran ASI. Oksitosin merangsang ketenangan, menginduksi efek anti stres, menurunkan kepekaan terhadap nyeri, mengurangi peradangan, dan merangsang proses yang berkaitan dengan pertumbuhan dan penyembuhan, sehingga harapannya setelah dilakukan pijat oksitosin ibu akan mengalami ketenangan karena pada waktu proses pemijatan terjadi peningkatan hormon serotonin dan dopamin dan menurunnya hormon norepinephrine dan

kortisol sehingga hormon oksitosin dan prolaktin akan keluar dan memberikan efek peningkatan produksi ASI. (Roesli, 2013).

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang paling baik untuk bayi yang langsung diproduksi dari payudara ibu kepada bayi yang baru dilahirkannya, karena komposisinya sesuai pada setiap tumbuh kembang bayi, ASI juga mengandung zat pelindung yang dapat menghindarkan bayi dari berbagai penyakit infeksi. Pemberian ASI mempunyai pengaruh besar dalam perkembangan emosional yang dapat mempengaruhi hubungan batin antara ibu dan bayi (Heryani, 2012).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Nurliza (2019) tentang pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI. Hasil uji statistic didapatkan bahwa nilai *p value* lebih kecil dari *alpha*. Dapat ditarik kesimpulan bahwa pijat oksitosin berpengaruh dengan jumlah peningkatan produksi ASI.

Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Muliani, Gusman (2018) menunjukkan bahwa rerata pengeluaran ASI setelah diberikan perlakuan 4,49 cc, sedangkan rerata pengeluaran ASI ibu yang tidak diberikan perlakuan adalah 3,22. Analisis data menggunakan *uji independent t-test*. Hasil penelitian ini adalah pijat oksitosin efektif terhadap produksi ASI pada ibu post partum.

Prolaktin menyebabkan air susu diproduksi dan oksitosin menyebabkan serat otot yang mengelilingi kelenjar *alveoli* mengerut seperti pada otot rahim. Saat serat otot di sekeliling kelenjar *alveoli* mengerut menyebabkan air susu keluar yang disebut aliran, kejadian ini dapat menimbulkan sensasi pada payudara dan menyemprotkan susu dari puting susu. 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 hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar (Astutik, 2015).

Volume ASI yang diproduksi dan dikeluarkan oleh kelenjar payudara dapat berbeda berdasarkan faktor yang mempengaruhinya seperti makanan yang dikonsumsi ibu, ketenangan jiwa dan pikiran, penggunaan alat kontrasepsi, perawatan payudara, anatomi payudara, faktor fisiologis, pola istirahat, faktor isapan anak atau frekuensi penyusuan, berat lahir bayi, umur kehamilan saat melahirkan, dan konsumsi rokok serta alkohol. Sulistyawati mengemukakan pendapat bahwa pelepasan oksitosin dapat dihambat oleh keadaan emosi ibu, rasa takut, lelah, malu, tidak yakin, atau merasakan nyeri. (Sulistyawati, 2014).

Oksitosin merupakan suatu hormon yang dapat memperbanyak masuknya ion kalsium kedalam intra sel. Pijat oksitosin adalah tindakan pemijatan tulang belakang mulai dari nervus ke 5-6 sampai scapula yang akan mempercepat kerja kerja saraf parasimpatis untuk menyampaikan perintah ke otak bagian belakang sehingga oksitosin keluar. Pijat oksitosin juga dapat di defenisikan sebagai tindakan yang dilakukan oleh keluarga, terutama suami pada ibu menyusui yang akan memberikan kenyamanan pada ibu, sehingga akan memberikan kenyamanan pada bayi yang di susui. (Ay. Yeyeh, 2014).

Pengeluaran ASI yang lebih cepat akan memberikan kesempatan ibu untuk menyusui bayinya secara eksklusif dan menurunkan risiko terjadinya kegagalan pemberian ASI Eksklusif pada bayi, serta jumlah ASI yang dilihat secara nyata dapat menghilangkan persepsi ketidakcukupan ASI yang selama ini mengganggu psikis ibu menyusui. Pentingnya ASI bagi bayi maka sudah seharusnya bayi mendapatkan ASI sesegera mungkin setelah lahir hingga usia 6 bulan. Hal ini sejalan pernyataan IDAI bahwa pemberian ASI Eksklusif selama 4-6 bulan berhubungan dengan rendahnya

kejadian penyakit karena adanya antibodi yang dapat menetralsi. (IDAI, 2013).

Menurut asumsi peneliti ada hubungan pijat oksitosin dengan produksi ASI pada ibu nifas. Ibu mengaku ASI nya mengalami peningkatan. Saat terjadi stimulasi hormon payudara berkontraksi, kontraksi inilah yang menyebabkan ASI keluar lalu mengalir dalam saluran payudara sehingga keluarlah tetesan air susu dari puting payudara.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini dapat diterapkan di seluruh fasilitas kesehatan khususnya di Klinik, BPM dan Puskesmas yaitu dengan memberikan pijat oksitosin pada ibu postpartum untuk membantu meningkatkan produksi ASI. Sangat dianjurkan untuk memberikan informasi tentang pijat oksitosin pada ibu.

Saran bagi peneliti agar melanjutkan penelitian selanjutnya dan mengaplikasikannya sampai pada pengabdian masyarakat. Bagi pasien selalu melaksanakan pijat oksitosin dirumah agar dapat meningkatkan produksi ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Anik. 2015. *Asuhan Ibu Nifas & Ibu Menyusui*. Bogor; Penerbit IN Media.
- Astutik, R.Y. 2014. *Payudara Dan Laktasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ay Yeyeh. 2014. *Asuhan Kebidanan III Nifas*. Jakarta; PT Trans Info Media.
- Dwi Sunar, P. 2012. *Buku Pintar ASI Eksklusif*. Jogjakarta; DIVA Press.
- Heryani reni. 2012. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Ibu Nifas & Menyusui*. Jakarta; Trans Info Media.
- IDAI. 2013. *Air susu ibu: Stres dan Cinta*. Arsip Ikatan Dokter Indonesia (IDAI).
- Kemertrian Kesehatan. 2017. *Profil Kesehatan Indonesia. Pemantauan Status Gizi*. Jakarta. Ditjen.
- Muliana, Gusman. 2018. *Efektifitas kombinasi perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap produksi asi pada ibu post partum di bpm setia*. Jrnal Ilmu Kesehatan Vol.12 No.2 Oktober 2018: Hal. 80-87 p-ISSN:1907-

- <http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php>.
- Nurliza. 2019. *Pengaruh Pijat Oksitosin dan Breast Care Terhadap Produksi ASI Ibu Nias di Klinik Ani Rahardjo Pasar Rebo*. Jakarta Timur: STIKes Mitra RIA Husada.
- Pudiastuti. 2016. *Tiga Fase Penting Pada Wanita*. Jakarta: PT Elex Media.
- Roesli U. 2013. *Mengenai ASI Eksklusif*. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Rosdianah dan Irmawati. 2021. *Pemberian Ekstrak Daun Katuk Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui*. Jurnal kebidanan Malahayati Vol 7 No 2 (2021), <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/3585>.
- Sulustiyawati, Ari. 2014. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan dan Pada Ibu Nifas*. Penerbit CV Andi, Yogyakarta.
- UNICEF. 2013. *ASI adalah penyelamat hidup paling murah dan efektif di dunia*. UNICEF arcives.
- WHO. 2019. *Buku Saku Pelayanan Kesehatan Ibu di Fasilitas Kesehatan Dasar dan Rujukan*. Ed.1. Cet. 1. Jakarta: UNFPA