

JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT DALAM KEBIDANAN

PIJAT OKSITOSIN MEMPENGARUHI KELANCARAN ASI

Nurhidayat Triananinsi¹, Sutriani Syarif², Mudyawati Kamaruddin³

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan,
Universitas Megarezky^{1,2}

Program Studi Magister Ilmu Laboratorium Klinik, Fakultas Ilmu Keperawatan dan
Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang³

RIWAYAT ARTIKEL

Diterima: 20 April 2021

Disetujui: 27 April 2021

KONTAK PENULIS

Nurhidayat
Prodi Kebidanan,
Universitas Megarezky

ABSTRAK

Pendahuluan: Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin dan oksitosin, gerakan isapan bayi merangsang seraf saraf dalam puting susu ibu. Hormon Prolaktin merangsang payudara untuk menghasilkan lebih banyak air susu. Oksitosin merangsang kontraksi otot-otot yang sangat kecil yang melindungi duktus dalam payudara. Kontraksi ini menekan duktus dan mengeluarkan air susu, salah satu cara meningkatkan produksi ASI adalah Pijat Oksitosin

Metode: Metode yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini adalah dengan memberikan peningkatan pengetahuan secara webinar tentang pentingnya Pijat Oksitosin untuk memperlancar ASI.

Hasil: Hasil kegiatan tersebut didapatkan peningkatan pengetahuan mengenai pentingnya Pijat Oksitosin untuk memperlancar ASI.

Kesimpulan: Webinar terkait pemberian edukasi kesehatan khususnya pijat oksitosin untuk kelancaran ASI demi keberhasilan menyusui adalah hal penting yang harus diketahui ibu hamil dan Ibu Nifas.

Kata Kunci: Pijat Oksitosin, ASI

1. PENDAHULUAN

Keadaan Psikologi yang membuat ibu cemas dapat memberikan ASI pada bayinya yang akan menyebabkan penurunan hormone oksitosin sehingga ASI tidak dapat keluar segera setelah melahirkan dan akhirnya ibu memutuskan untuk memberikan susu formula. Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk merangsang hormone prolaktin serta oksitosin pada ibu setelah melahirkan adalah dengan melakukan pijat oksitosin (Suryani & Astuti, 2013).

ASI Eksklusif merupakan makanan pertama, utama dan yang paling baik bagi bayi. ASI mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan dalam proses Tumbuh Kembang Bayi, ASI dapat membentuk imun bayi sehingga bayi tidak gampang sakit. ASI juga dapat membantu meningkatkan kecerdasan anak.(Umbarsari, 2017).

Target dari SDG's yang akan dicapai adalah menurunkan angka kematian anak dengan tolak ukur menurunkan angka kematian bayi menjadi 12/1000 kelahiran hidup di tahun 2030. Upaya yang dapat dilakukan antara lain adalah dengan pemberian ASI Eksklusif hingga berumur 6 bulan (Herna Rinayanti Manurung, 2020).

World Health Organisation (WHO) merekomendasikan agar supaya bayi baru lahir mendapat ASI eksklusif selama enam bulan tanpa makanan enam sampai 2 tahun dapat diberikan MP ASI. Hal ini di- karenakan ASI adalah nutrisi alamiah terbaik bagi bayi dengan kandungan gizi paling sesuai untuk proses tumbuh kembang bayi. Namun hanya 35, 5 % bayi berusia kurang dari enam

bulan di dunia mendapatkan ASI eksklusif (Meihartati, 2016)

Khususnya di Indonesia bayi yang mendapat ASI eksklusif pada tahun 2014 sebesar 45,55%. Kementerian Kesehatan RI telah menetapkan target bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif per 2014 sebesar 80%. Kenyataannya, Persentase bayi 0-5 bulan yang masih mendapat ASI eksklusif sebesar 54,0%, sedangkan bayi yang telah mendapatkan ASI eksklusif sampai usia enam bulan adalah sebesar 29,5%. Faktor penyebab seorang ibu tidak memberikan ASI eksklusif karena ibu berasumsi ASI nya keluar sedikit bahkan tidak keluar, menyebabkan bayi tidak puas. Ini yang bisa menyebabkan penurunan produksi ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan karena berkurangnya rangsangan hormon prolaktin dan hormon oksitosin (D. A. Wulandari & Mayangsari, 2019)

Untuk menentukan kasus diambil salah satu puskesmas yang ada di kabupaten bulukumba yaitu Puskesmas Caile Tahun 2016 jumlah ibu nifas 640 orang, terdapat bayi 483 (75,5%) yang diberikan ASI eksklusif, dan 157 bayi (24,5%) yang tidak diberikan ASI eksklusif dan pada tahun 2017 jumlah ibu nifas berjumlah 788 orang, terdapat 565 bayi (71.7%) yang diberikan ASI eksklusif dan 223 bayi (28,3%) yang tidak diberikan ASI eksklusif. (Puskesmas Caile,2017).

Data diatas menunjukkan ada beberapa bayi yang belum mendapatkan ASI eksklusif. Sedangkan seperti penjelasan di atas diketahui ASI sangat dibutuhkan oleh seorang bayi untuk meningkatkan pertumbuhan dan

perkembangan bayi karena ASI mengandung vitamin dan zat gizi yang dibutuhkan oleh bayi (Nurhidayat, Jumrah, Syarif, & Mukrimah, 2019). Salah satu cara Untuk meningkatkan produksi ASI dapat dilakukan penerapan pijat oksitosin ini, memaksimalkan produksi dan keberlangsungan proses ASI. hasil pijat oksitosin dapat dijadikan sebagai jalan keluar terhadap permasalahan yang dialami oleh ibu menyusui dalam proses pemberian ASI secara berkelanjutan (Doko, Aristiati, & Hadisaputro, 2019)

2. METODE

Kegiatan webinar berbagi ilmu untuk maju bersama ini berlangsung pada tanggal 28/11/20 pada pukul 09.00 WITA hingga 12.30 WITA. Yang dilaksanakan oleh CV. Faira Aksara bekerjasama dengan universitas Mega Rezky Sebelum kegiatan dimulai dibuat poster tentang penyuluhan dan ada beberapa tema Data Post Test Peserta Webinar

dalam kegiatan tersebut, desiminasi hasil penelitian yang telah dipublikasi dengan cara webinar berbagi ilmu untuk maju bersama Persiapan pelaksanaan webinar pada pukul 08.00 wita kemudian Breafing panitia penyelenggara pada pukul 08.20 WITA

Pembukaan Room oleh panitia penyelenggaraan pukul 09.00 WITA, Presentasi Pemateri I oleh Nurhidayat Triananinsi, S.ST. M.Keb, S.ST., M.Keb pukul 09.30 WITA Presentasi Pemateri II oleh Nur Ekawati, S.ST. M.Keb pukul 10.00 WITA Presentasi Pemateri III oleh In Oktaviana Hutagaol S.ST. M.Keb pukul 10.30 WITA Sesi Tanya Jawab pukul 11.00 – 12.30 WITA kemudian Penutup.

3. HASIL

Peserta webinar ini sebanyak 52 orang yang terdiri dari Mahasiswa, Ibu Hamil, dan Ibu Nifas.

Tabel. 1

Hasil Analisis pengetahuan Respondem Sesudah Pemberian Edukasi

Variabel	N	Mean	Std. Deviation	$\alpha = 0,05$
Intervensi	26	76,88	16,21	P=0,000
Kontrol	26	55,66	12,13	

Dari hasil olahan data menggunakan uji *T independet* dengan jumlah sampel 52 orang diperoleh Pengetahuan ada peningkatan pengetahuan dari rata-rata nilai quisioner pada kelompok intervensi

diperoleh nilai mean 76,88 dan kelompok control diperoleh nilai mean 55,66. Sehingga diperoleh nilai *p-value* = 0,000.

4. PEMBAHASAN

Ketidaklancaran produksi ASI yaitu dengan melakukan pijat oksitosin. Hormon oksitosin akan keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui

isapan mulut bayi (P. Wulandari, Menik, & Khusnul, 2018) Pijat oksitosin merupakan salah satu alternatif untuk membantu memperlancar ASI. Cara pemijatan oksitosin yaitu pemijatan pada

sepanjang tulang belakang (vertebrae) ibu sampai tulang costae ke-5 sampai ke-6 dan merupakan cara untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijat oksitosin dilakukan untuk merangsang refleksi oksitosin dan refleksi let down. Selain untuk merangsang refleksi let down manfaat memijat oksitosin dapat memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi edema pada payudara mengurangi sumbatan ASI, sehingga ASI dapat keluar dengan sendirinya (INDRASARI, 2019).

Bayi baru lahir perlu mendapat perawatan yang optimal sejak dini termasuk pemberian ASI Eksklusif. UNICEF menyebutkan bahwa kematian sekitar 30 ribu anak di Indonesia setiap tahunnya. Dalam menangani masalah ini, 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. (Lieni Lestari, Melyana Nurul, 2018). Kelancaran ASI akan sangat berpengaruh terhadap keberhasilan dalam menyusui. Kelancaran ASI dapat menurun pada beberapa hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan karena kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin (Juliastuti & Sulastri, 2018). Pijat oksitosin solusi untuk merangsang refleksi oksitosin atau reflex let down. Dengan pemijatan ini ibu akan merasa santai, kelelahan setelah melahirkan akan berkurang bahkan hilang (Delima, Arni, & Rosya, 2016). Pijatan tidak harus dilakukan oleh petugas kesehatan tetapi dapat dilakukan oleh suami atau anggota keluarganya. Petugas kesehatan atau bidan

mengajarkan kepada keluarga agar dapat membantu ibu melakukan pijat oksitosin karena mudah dilakukan. (Faizatul Ummah, 2014).

5. KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat dengan judul Pijat Oksitosin dapat Memperlancar ASI dilaksanakan melalui webinar dengan menggunakan Zoom. Diperoleh jumlah peserta 52 orang terdapat 2 orang (4%) pada kelompok intervensi yang pengetahuannya masih belum meningkat sesudah mengikuti webinar.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Delima, M., Arni, G., & Rosya, E. (2016). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui Di Puskesmas Plus Mandiangin. *Jurnal Ipteks Terapan*, 9(4), 283–293. <https://doi.org/10.22216/jit.2015.v9i4.1238>
- Doko, T. M., Aristiati, K., & Hadisaputro, S. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin oleh Suami terhadap Peningkatan Produksi Asi pada Ibu Nifas. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(2), 66–86. <https://doi.org/10.31539/jks.v2i2.529>
- Faizatul Ummah. (2014). PIJAT OKSITOSIN UNTUK MEMPERCEPAT PENGELUARAN ASI PADA IBU PASCA SALIN NORMAL DI DUSUN SONO DESA KETANEN KECAMATAN PANCENG GRESIK. *Surya*, 02(18), 121–125.

- [https://doi.org/10.1016/0014-4827\(73\)90260-7](https://doi.org/10.1016/0014-4827(73)90260-7)
- Herna Rinayanti Manurung, T. S. (2020). PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KELANCARAN ASI PADA IBU NIFAS DI PUSKESMAS SITINJO KABUPATEN DAIRI TAHUN 2019. *Excellent Midwifery Journal*, 3(1), 69–78.
- INDRASARI, N. (2019). Meningkatkan Kelancaran ASI dengan Metode Pijat Oksitoksin pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), 48. <https://doi.org/10.26630/jkep.v15i1.1325>
- Juliastuti & Sulastri. (2018). Pengaruh Pemberian Massage Depan (Breast Care) Dan Massage Belakang (Pijat Oksitosin) Terhadap Produksi Asi. *Jurnal Ilmiah PANNMED*, 12(3), 227–231.
- Lieni Lestari, Melyana Nurul, A. (2018). Peningkatan Pengeluaran ASI dengan Kombinasi Pijat Oksitosin dan Teknik Marmet pada Ibu Post partum. 8(2).
- Meihartati, T. (2016). Hubungan pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi asi ibu postpartum di BPM Ema Triana kabupaten tanah bambu. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 12(2), 193–197.
- Nurhidayat, T., Jumrah, Syarif, S., & Mukrimah. (2019). Pengaruh Terapi Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Caile Kabupaten Bulukumba.
- Suryani, E., & Astuti, K. E. W. (2013). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum di BPM Wilayah Kabupaten Klaten. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, 2(2), 41–155. Retrieved from <http://jurnal.poltekkes-solo.ac.id/index.php/Int/article/view/69/59>
- Umbarsari, D. (2017). Efektifitas Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Asi Di Rsia Annisa Tahun 2017. *JI-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 1(1), 11–17. <https://doi.org/10.33006/ji-kes.v1i1.47>
- Wulandari, D. A., & Mayangsari, D. (2019). Jurnal Kebidanan PENGARUH PIJAT OKSITOSIN DAN PIJAT ENDORPHIN TERHADAP THE EFFECT OF OXYTOCIN MASSAGE ON BREAST MILK PRODUCTION OF POSTPARTUM MOTHERS. *Jurnal Kebidanan*, XI(02), 128–134. Retrieved from <file:///C:/Users/asus/Downloads/349-686-1-SM.pdf>
- Wulandari, P., Menik, K., & Khusnul, A. (2018). Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum melalui Tindakan Pijat Oksitosin. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia [JIKI]*, 2(1), 33. <https://doi.org/10.31000/jiki.v2i1.1001>