



## Efektivitas Pijat Oksitosin terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum

Anggraini Dyah Setiyarini<sup>a</sup>, Nareswari Diska Nugraha<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata, Kediri, Indonesia

[Anggraini.dyah@iik.ac.id](mailto:Anggraini.dyah@iik.ac.id)<sup>1</sup>, [Nareswari@iik.ac.id](mailto:Nareswari@iik.ac.id)<sup>2</sup>

### Abstract

*Oxytocin massage were solutions to help maximize the prolactin and oxytocin receptors so as to facilitate the process of maternal milk production.. This study aims to determine the effectiveness of the Oxytocin massage in post partum mothers. **Method:** Pre- experimental research with one group pretest and posttest design approach. The population was all normal post partum mothers with the first child at Aura Syifa Kediri Hospital. A sample of 8 respondents with accidental sampling technique. Data collection used observation. **Results:** The results of data analysis used Wilcoxon test revealed that there was no effect of Oxytocin massage. While the implementation of acupressure was known that there was an effect of acupressure therapy on milk production on. The results of data analysis used the mann whitney test was known that the value of Sig. 2- tailed (p value): 0.040 and alpha value ( $\alpha$ ): 0.05 so that the p value  $< \alpha$  means that  $H_0$  was rejected and  $H_1$  was accepted. **Conclusion:** there are differences in the effectiveness of the Oxytocin massage methods in increased milk production in Post Partum Mothers. **Suggestion:** The results of this study can be used as an alternative intervention in treating the physical and psychological needs of Postpartum Mothers. Nurses need to teach this technique to Postpartum Mothers to be more independent in dealing with milk production problems.*

**Keywords:** Effectiveness, Milk production, Oxytocin massage, Post partum

### Abstrak

**Latar Belakang :** Pijat Oksitosin merupakan solusi membantu memaksimalkan reseptor prolaktin dan oksitosin sehingga memperlancar proses laktasi ibu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pijat oksitosin untuk pengeluaran ASI pada ibu post partum. **Metode :** Penelitian *Pre-eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest and posttest design*. Populasi adalah seluruh ibu post partum normal dengan anak pertama di RS Aura Syifa Kediri. Sampel sebanyak 8 responden dengan teknik *total sampling*. Pengumpulan data menggunakan observasi. **Hasil :** Hasil analisa data menggunakan uji *wilcoxon* diketahui bahwa tidak ada pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI. Hasil analisa data menggunakan *uji mann whitney* diketahui bahwa nilai Sig. 2- tailed (p value) : 0,040 dan nilai alfa ( $\alpha$ ) : 0,05 sehingga p value  $< \alpha$  artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. **Kesimpulan :** tidak ada pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum. **Saran:** Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai intervensi alternatif dalam



melakukan perawatan tentang kebutuhan fisik dan psikis pada Ibu Postpartum, Perawat perlu mengajarkan teknik ini kepada Ibu Postpartum agar lebih mandiri dalam mengatasi masalah pengeluaran ASI.

**Kata kunci:** Efektivitas, Pengeluaran ASI, Pijat Oksitosin, *Post Partum*

## PENDAHULUAN

Menyusui merupakan suatu proses adaptasi pada ibu *post partum*. Ketika ibu *post partum* dibantu dengan baik mulai dari pertama Inisiasi Menyusui Dini (IMD) maka tingkat keberhasilan dalam menyusui akan meningkat. Pengeluaran Air Susu Ibu (ASI) pada hari-hari pertama melahirkan akan menjadi kendala tersendiri bagi ibu *post partum* (Nugroho, 2011). Faktor penyebab penurunan pengeluaran ASI pada hari pertama antara lain factor fisiologis dan factor psikologis ibu *post partum*. Jika hal tersebut tidak ditanggulangi maka akan berakibat pada kesehatan bayi dan akan mengganggu pelaksanaan pengeluaran ASI. Pijat oksitosin merupakan salah satu metode untuk meningkatkan pengeluaran ASI (Albertina, 2015).

Angka cakupan pemberian ASI Eksklusif pada tahun 2017 di Afrika Tengah sebanyak 25%, Amerika Latin dan Karibia sebanyak 32%, Asia Timur sebanyak 30%, Asia Selatan sebanyak 47% dan negara berkembang sebanyak 46%. Dari angka cakupan tersebut masih dibawah target WHO yakni 50% hingga tahun 2025. (WHO, 2015)

Di Indonesia, cakupan bayi usia < 6 bulan mendapatkan ASI Eksklusif sebesar 69,7%. Angka tersebut sudah melampaui target 2021 yakni sebesar 45%. Presentase yang tertinggi cakupan pemberian ASI Eksklusif terdapat pada provinsi Nusa Tenggara Barat (86,7%), sedangkan presentase terendah adalah Papua (11,9%) sementara di Provinsi Jawa Timur ibu yang

memberikan ASI Eksklusif pada tahun 2021 sebanyak 70,4% (Riskesdes, 2018).

Bayi dengan pemberian ASI Eksklusif (durasi pemberian ASI 6 bulan) atau lebih memiliki ketahanan hidup 33,3 kali lebih baik daripada bayi dengan pemberian ASI < 4 bulan dan bayi dengan pemberian ASI 4-5 bulan memiliki ketahanan hidup 2,6 kali lebih baik dari pada bayi dengan pemberian ASI < 4 bulan (Nurmiati dan Bersal, 2008).

Pijat Oksitosin merupakan pemijatan yang dilakukan pada sepanjang kedua sisi tulang belakang leher, punggung atau sepanjang 6 tulang belakang hinggatulang *costae* kelima sampai keenam. Manfaat dari Pijat oksitosin salah satunya untuk merangsang reflek oksitosin, merangsang *kontraksi uterus*, merangsang pengeluaran ASI, meningkatkan kenyamanan pada ibu *post partum*, mengurangi sumbatan pada produksi ASI, mempercepat terjadinya involusi uterus dan mencegah terjadinya perdarahan *post partum*. Pijat Oksitosin lebih efektif dilakukan 2 kali sehari yakni pagi dan sore dengan lama pemijatan selama 2 – 3 menit (Sofia, 2022).

## METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *Pre-eksperimental* dengan bentuk *one group pretest and posttest design*. Ciri pada penelitian ini adalah mengungkapkan sebab akibat dengan menggunakan cara yakni melibatkan subjek diobservasi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi

kemudian diobservasi kembali setelah dilakukan intervensi. Populasi adalah seluruh ibu post partum normal dengan anak pertama di RS Aura Syifa Kediri.

Sampel sebanyak 8 responden dengan teknik *total sampling*. Pengumpulan data menggunakan observasi. Instrument penelitian yang digunakan pada variabel Pijat Oksitosin adalah dengan pedoman pelaksanaan sesuai standar operasional prosedur (SOP) dan Instrument yang digunakan untuk Laktasi ini adalah lembar observasi dengan 4 pertanyaan kemudian dengan cara menyentang atau menceklis mana yang sekiranya sesuai.

## HASIL

Berdasarkan hasil penelitian bahwa sebelum diberikan perlakuan pijat oksitosin seluruh responden sebanyak 8 responden (100%) mengalami pengeluaran ASI tidak lancar dan setelah diberikan perlakuan pijat oksitosin menunjukkan bahwa sebagian besar responden sebanyak 6 responden (75 %) tetap mengalami pengeluaran ASI tidak lancar.

**Tabel 1.** Efektifitas Pijat oksitosin terhadap ibu post partum

Sebelum perlakuan	Setelah perlakuan				TOTAL	
	Tidak lancar	Lancar	Tidak lancar	Lancar		
	f	%	f	%	f	%
Tidak Lancar	6	75	2	25	8	100
Lancar	0	0	0	0	0	0
Total	6	75	2	25	8	100

Hasil analisa data menggunakan uji wilcoxon diketahui bahwa nilai Sig. 2-tailed (p value) : 0,317 dan nilai alfa ( $\alpha$ ) : 0,05 sehingga p value >  $\alpha$  artinya H0

diterima dan H1 ditolak artinya tidak ada pengaruh Pijat Oksitosin terhadap pengeluaran ASI.

No.	Variabel	N Selisih	$\alpha$	P
1.	Pengeluaran ASI Pre Test – Post Test	Positif:1 Negatif:0	0,05	0,317
2.	N = 4	Ties:3		

Berdasarkan hasil N selisih diketahui bahwa nilai positif adalah 1 artinya ada 1 peningkatan nilai dari sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan, nilai negatif adalah 0 artinya tidak ada penurunan dan nilai ties. 3 artinya terdapat nilai yang sama antara nilai sebelum dan sesudah perlakuan.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 8 responden yang sebelum perlakuan mengalami pengeluaran ASI yang tidak lancar kemudian setelah dilakukan perlakuan hanya ada 2 responden yang mengalami pengeluaran ASI lancar dan sisanya tetap mengalami pengeluaran ASI yang tidak lancar. Sedangkan berdasarkan hasil analisa data menggunakan uji wilcoxon diketahui bahwa nilai Sig. 2-tailed dengan (p value) : 0,317 dan nilai alfa ( $\alpha$ ) : 0,05 sehingga p value lebih besar dari pada  $\alpha$  artinya H0 diterima dan H1 ditolak artinya tidak ada pengaruh Pijat Oksitosin terhadap pengeluaran ASI ibu post partum.

Menurut Wiwin (2014) mengatakan pijat oksitosin yakni kita melakukan stimulasi untuk merangsang pengeluaran hormon oksitosin melalui pemijatan, memberikan rasa nyaman dan menumbuhkan keyakinan pada ibu bahwa ASI pasti keluar dan menyakinkan ibu bisa memberikan ASI secara eksklusif.

Tujuannya adalah untuk membantu ibu *post partum* memperlancar pengeluaran ASI dengan cara stimulasi untuk merangsang hormon oksitosin sehingga pemberian ASI eksklusif tingkat keberhasilannya akan tergapai. Seorang ibu *Post Partum* yang menyusui tidak hanya dibantu dari aspek fisik saja akan tetapi juga dibantu dalam proses adaptasi psikologis juga menjadi kajian. Hal ini dikarenakan hormon oksitosin sangat berpengaruh terhadap kondisi psikologis ibu (Heryati, 2017).

Ketidakefektifan pelaksanaan Pijat Oksitosin sangat dipengaruhi keadaan fisik dan psikologis ibu *post partum*. Ibu *post partum* harus melakukan persiapan diri untuk menyusui bayinya. Apabila ibu *post partum* mengalami kecemasan akan berpengaruh terhadap pengeluaran ASI. Ibu *post partum* harus memiliki pemikiran yang positif dan rileks agar tidak mengalami kecemasan dan mengubah kondisi psikologis ibu menjadi kearah yang lebih baik, kondisi psikologis ibu *post partum* yang baik maka dapat memicu kinerja hormon yang berfungsi untuk memperlancar ASI. Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kamariyah (2014) bahwa terdapat hubungan antara kondisi psikologis ibu dengan kelancaran pengeluaran ASI, keadaan psikologis yang baik akan memotivasi ibunya untuk menyusui bayinya sehingga hormon yang berperan pada pengeluaran ASI akan meningkat. Sehingga akan terjadi kelancaran pengeluaran ASI yang prosesnya dimulai dari proses menyusui dan akan merangsang pengeluaran ASI kembali.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang efektivitas pemberian Pijat Oksitosin untuk pengeluaran ASI pada ibu

post partum di RS Aura Syifa Kediri dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebelum diberikan perlakuan pijat oksitosin seluruh responden yaitu 8 responden (100%) mengalami pengeluaran ASI tidak lancar dan setelah diberikan perlakuan pijat oksitosin menunjukkan bahwa sebagian besar responden yaitu 6 responden (75 %) tetap mengalami Pengeluaran ASI tidak lancar dan sebagian kecil yaitu 2 responden (25 %) mengalami peningkatan pengeluaran ASI.
2. Berdasarkan hasil analisa diketahui bahwa nilai Sig. 2-tailed (p value) : 0,317 dan nilai alfa ( $\alpha$ ) : 0,05 sehingga p value  $>\alpha$  artinya  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak artinya tidak ada efektivitas Metode SPEOS (Stimulasi Pijat Endorphin, Oksitosin, Sugesif) untuk pengeluaran ASI pada ibu post partum di RS Aura Syifa Kediri

## DAFTAR PUSTAKA

- Albertina, M, Melly, & Rahmawati, S. 2015. *Hubungan Pijat Dengan Kelancaran Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum Seksio Sesarea Hari Ke 2-3*. Jurnal Husada Mahakam, Vol. 3, No.9.
- Heryati, 2017. *Pengaruh Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran ASI di Kabupaten Jember*. Akademi Kebidanan Jember
- Nugroho, T. 2011. *Asuhan Keperawatan Maternitas, Anak, Bedah Dan Paenyakit Dalam*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Nurmiati & Bersal. 2008. Durasi Pemberian ASI terhadap Ketahanan Hidup Bayi di Indonesia. *MAKARA, KESEHATAN, VOL. 12, NO. 2, DESEMBER 2008: 47-52*.



Riskesdes. 2019. *Laporan Jawa Timur Riskesdes 2018*. Jakarta: Kemenkes RI.

WHO. World Health Statistics 2015: World Health Organization.

Wiwin. 2014. Efektivitas Metode “Speos” (Stimulasi Pijat Endorphin, Oksitosin dan Sugestif) terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas. UNDIP.