

PENGARUH TERAPI PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA IBU POST PARTUM DI RUANG POST MATERNAL PARTUM (PMP) PUSKESMAS BUMIAYU KABUPATEN BREBES

Ahmad Zakiudin¹ Fitriyani Setyaningsih²

¹Akademi Keperawatan Al Hikmah 2 Brebes, Jawa Tengah ²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Cirebon

Email: ariza_zakie@yahoo.co.id

Fitrisetianingsih78@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di ruang post maternal partum (PMP) puskesmas Bumiayu Kabupaten Brebes 2020. Metode penelitian yang digunakan adalah pra experiment (kegiatan percobaan yang bertujuan untuk mengetahui suatu pengaruh yang timbul sebagai akibat adanya perlakuan tertentu) dengan menggunakan one groups pretest-post test design, yaitu desain eksperimen yang menggunakan satu kelompok subjek serta melakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan pada subjek. Rancangan ini untuk mengetahui efek sebelum dan sesudah perlakuan, Analisis pada penelitian ini menggunakan uji t-Test. Dari hasil pengujian statistik dengan menggunakan uji T-test diperoleh nilai signficancy 0,000 ($p < 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan secara statistik H_a diterima dan H_o ditolak artinya dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di Puskesmas Bumiayu. Sehubungan dengan hasil penelitian ini diharapkan ibu-ibu post partum dengan dibantu suami atau keluarga di rumah dapat memberitahukan ke masyarakat sekitar sehingga menambah pengetahuan serta wawasan untuk menerapkan pijat oksitosin sebagai salah satu solusi untuk mengatasi masalah ASI yang tidak lancar.

Kata Kunci : *Terapi Pijat Oksitosin, Air Susu Ibu, Post Partum*

THE EFFECT OF OXYTOCIN MASSAGE THERAPY ON ASSEMBLY EXPENDITURE IN POST PARTUM WOMEN IN POST MATERNAL PARTUM (PMP) ROOM BUMIAYU PUSKESMAS, BREBES

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effect of oxytocin massage on breastfeeding in post partum mothers in the post maternal partum (PMP) room at Bumiayu Health Center, Brebes Regency 2020. The research method used is pre-experiment (experimental activity that aims to determine an effect that arises as a result of certain treatments) using one-group pretest-post test design, namely an experimental design that uses one group of subjects and takes measurements before and after treatment. on the subject. This design is to determine the effects before and after treatment. The analysis in this study used the t-test. From the results of statistical testing using the T-test, the significance value was 0.000 ($p < 0.05$). So it can be concluded statistically H_a is accepted and H_o is rejected, meaning that it can be concluded that there is an effect of oxytocin massage therapy on breastfeeding in post partum mothers at Bumiayu Health Center. In connection with the results of this study, it is hoped that post partum mothers with the help of their husbands or families at home can inform the surrounding community so that they can increase their knowledge and insight to apply oxytocin massage as a solution to overcome the problem of unsanitary breastfeeding.

Keywords: *Oxytocin Massage Therapy, Breast Milk, Post Partum*

PENDAHULUAN

Masa nifas disebut juga masa post partum atau puerperium adalah jangka waktu antara lahirnya bayi dan plasenta lepas dari rahim sampai kembalinya organ-organ reproduksi ke keadaan normal seperti sebelum melahirkan. Masa nifas berlangsung selama enam minggu. Pada masa nifas, ibu akan mengalami beberapa perubahan salah satunya perubahan pada payudara. Payudara pada ibu nifas akan menjadi lebih besar, keras dan menghitam disekitar puting, ini menandakan dimulainya proses menyusui (Yulia, 2018).

Menyusui merupakan hal yang sangat penting bagi seorang ibu untuk buah hatinya, karena ASI mempunyai banyak nutrisi yang berguna untuk kecerdasan bayi. Semua zat yang terkandung dalam ASI seperti zat putih, lemak, karbohidrat, vitamin, mineral, zat kekebalan, hormon, enzim dan sel darah putih sangat dibutuhkan oleh bayi untuk tumbuh dan berkembang (Afiani, 2016). Namun, menyusui tidak selamanya dapat berjalan normal. Tidak sedikit ibu akan mengeluh seperti adanya pembengkakan payudara akibat penumpukan ASI karena pengeluaran yang tidak lancar atau tidak keluarnya ASI akibat kurangnya pengisapan oleh bayi. Kejadian tersebut dapat berdampak pada pemberian ASI secara eksklusif harus diganti dengan susu formula, padahal ASI adalah hak anak seperti yang tercantum dalam undang-undang Tuning, 2018). Produksi ASI yang tidak lancar akan mempengaruhi pemberian ASI pada bayi.

Data Badan Kesehatan Dunia WHO tahun 2016, masih menunjukkan rata-rata angka pemberian ASI eksklusif di dunia baru berkisar 38 persen (WHO, 2016). Data mengenai pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih belum mencapai target secara nasional yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yaitu sebesar 80%. Berdasarkan data profil kesehatan Indonesia, persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan di Indonesia tahun 2014 sebesar 52,3%. Pada tahun 2015 cakupan pemberian ASI eksklusif mengalami kenaikan menjadi 55,7%, namun pada tahun 2016 mengalami penurunan menjadi 54,0% (Kemenkes RI, 2019). Selain itu, di Provinsi Jawa Tengah cakupan pemberian ASI eksklusif pada tahun 2014

menunjukkan sebesar 60,7% dan mengalami peningkatan menjadi 61,6%. Pada tahun 2016 cakupan pemberian ASI eksklusif mengalami penurunan menjadi 54,2%. Dari beberapa kabupaten/kota yang ada di Provinsi Jawa Tengah, Kabupaten Semarang menunjukkan hasil cakupan pemberian ASI eksklusif selama 3 tahun berturut-turut masih di bawah target nasional (80%) dan rata-rata cakupan ASI di Jawa Tengah tahun 2016 (54,22%). Hasil tersebut yaitu tahun 2014 sebesar 44,30%, tahun 2015 menjadi 44,80%, dan 49,34% pada tahun 2016 (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2017).

Hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI pada ibu setelah melahirkan. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI berkaitan dengan nutrisi ibu, semakin baik asupan nutrisi ibu, maka produksi ASI yang dihasilkan semakin banyak, sedangkan oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI.⁽⁷⁾ Keluarnya ASI dapat dilakukan juga dengan melakukan perawatan atau pemijatan payudara, membersihkan puting, sering-sering menyusui bayi meski ASI belum keluar, melakukan inisiasi menyusui dini dan lamanya frekuensi menyusui serta dilakukan pemijatan oksitosin (Dewi & Suniarsih, 2011).

Pijat oksitosin adalah pijat disepanjang tulang belakang (vertebre) sampai tulang costae kelima atau keenam. Pijat ini berfungsi untuk meningkatkan oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun keluar dengan sendirinya (Afiani, 2016). Melalui pemijatan pada tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hipotalamus untuk mengeluarkan oksitosin. Oksitosin menyebabkan otot-otot halus disekitar kelenjar payudara mengkerut sehingga ASI keluar. Pijat oksitosin efektif dilakukan 2 kali sehari pada hari pertama dan kedua post partum, karena pada kedua hari tersebut ASI belum terproduksi cukup banyak (Hartiningtiyaswati, Nuraini & Setiawandari, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Marsilia dan Nurliza (2019), hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh pemberian pijat oksitosin dan *breast care* terhadap produksi ASI pada ibu nifas, Nilai rata-rata produksi ASI pada ibu nifas sesudah

diberikan intervensi pijat oksitosin dan *breast care* adalah 59,08 cc (Marsilia dan Nurliza, 2019). Didukung penelitian yang dilakukan oleh Niken & Liza (2016), hasil analisis menunjukkan bahwa ada perbedaan antara kelompok intervensi yang telah diberikan perlakuan terapi pijat oksitosin lebih banyak produksi ASI nya dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan terapi pijat oksitosin (Niken & Liza, 2016).

METODE PENELITIAN

Peneliti ini adalah *pra experiment* (kegiatan percobaan yang bertujuan untuk mengetahui suatu pengaruh yang timbul sebagai akibat adanya perlakuan tertentu) dengan menggunakan *one groups pretest-post test design*, yaitu desain eksperimen yang menggunakan satu kelompok subyek serta melakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemeberian perlakuan pada subyek. Rancangan ini untuk mengetahui efek sebelum dan sesudah perlakuan, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini (Sugiyono, 2010):

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien post partum normal di ruang PMP Puskesmas Bumiayu. Pada penelitian didapatkan ibu post partum sebanyak 20 orang. Jadi besar sampel dalam penelitian ini sejumlah 20 orang.

Kriteria sampel pada penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Kriteria inklusi
 - a. Ibu post partum normal
 - b. Ibu post partum normal yang belum mendapatkan pijat oksitosin pada hari ke-2 pasca persalinan.
 - c. Ibu post partum yang tidak sedang mengkonsumsi obat untuk memperlancar ASI.
 - d. Ibu post partum normal yang ASI nya tidak keluar sama sekali pada hari ke-2 pasca persalinan.
 - e. Bersedia menjadi responden
2. Kriteria Eksklusi
 - a. Responden tidak menyelesaikan intervensi.
 - b. Ibu post partum yang mengalami komplikasi.
 - c. Ibu post partum normal yang sudah mengkonsumsi obat untuk

memperlancar ASInya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Perbandingan rata-rata (mean) pengeluaran volume ASI sebelum dan sesudah dilakukan terapi pijat oksitosin

Tabel 1. Deskripsi Perbandingan Rata-Rata (Mean) Pengeluaran Volume ASI Antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi pijat oksitosin pada ibu post partum di Puskesmas Bumiayu dari tanggal 15 sampai 18 Desember 2020 (n=20)

	Kelompok	N	Mean	St.Deviasi
Skor total	Sebelum terapi pijat oksitosin	2	43,7	9,58
	Sesudah terapi pijat oksitosin	2	76,2	14,589

Berdasarkan dari tabel 1 menunjukkan bahwa perbedaan nilai mean volume pengeluaran ASI sebelum terapi pijat oksitosin yaitu 43,75 dan sesudah terapi pijat oksitosin yaitu 76,25.

ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan disesuaikan dengan kebutuhan pertumbuhan bayi. ASI adalah makanan yang sempurna baik secara kualitas maupun kuantitasnya dengan tatalaksana menyusui yang benar. ASI sebagai bahan tunggal akan cukup memenuhi kebutuhan tumbuh bayi normal sampai usia 6 bulan dan ketika diberikan makanan padat dapat diteruskan sampai usia 2 tahun atau lebih (Yuventhia, 2018).

Tidak semua ibu pasca persalinan mengeluarkan ASI karena pada ibu terjadi suatu interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, saraf dan bermacam-macam hormon yang berpengaruh terhadap pengeluaran oksitosin untuk membantu memproduksi ASI. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon 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 hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar (Marsilia dan Nurliza, 2019).

Sesuai penelitian yang dilakukan oleh Marsilia dan Nurliza (2019), hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh pemberian pijat oksitosin dan *breast care* terhadap produksi ASI pada ibu nifas. Nilai rata-rata produksi ASI pada ibu nifas sesudah diberikan intervensi pijat oksitosin dan *breast care* adalah 59,08 cc (Marsilia dan Nurliza, 2019). Didukung penelitian yang dilakukan oleh Niken & Liza (2016), hasil analisis menunjukkan bahwa ada perbedaan antara kelompok intervensi yang telah diberikan perlakuan terapi pijat oksitosin lebih banyak produksi ASI nya dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan terapi pijat oksitosin (Niken & Liza, 2016).

2. Pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di Puskesmas Bumiayu

Tabel 2. Pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di Puskesmas Bumiayu dari tanggal 15 sampai 18 Desember 2020 (n=20)

	Paired	T	Df	Sign.
Total pre-post	95% confidence Upper			(2-tailed)
	38,001	12,365	19	0,000

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 5.4 Pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di Puskesmas Bumiayu menggunakan uji T-test diperoleh nilai signficancy 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini secara statistik H_a diterima dan H_0 ditolak artinya dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di Puskesmas Bumiayu.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuventhia (2018),

menyatakan bahwa dari hasil analisa statistik uji Wilcoxon didapatkan nilai ρ -value= 0,000 $< \alpha = 0,05$ yang berarti ada pengaruh terhadap pemberian pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum (Yuventhia, 2018). Penelitian juga didukung dengan penelitian Rofiah (2016) mengatakan bahwa pijat oksitosin memiliki pengaruh yang lebih signifikan terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum dengan p value=0,001 (Rofiah, 2016).

Pijat oksitosin 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 (Marsilia dan Nurliza, 2019).

Selain itu, pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI, mengurangi bengkak, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, terutama pada hari-hari pertama kelahiran dimana ASI secara bertahap akan dihasilkan dan dikeluarkan 10-100 ml (Siregar, 2018). Berdasarkan hal ini peneliti berpendapat pijat oksitosin dapat mempengaruhi pengeluaran ASI pada ibu post partum. Pijat oksitosin ini merupakan salah satu bentuk upaya atau dukungan yang dapat dilakukan seorang tenaga kesehatan dan keluarga dalam mendukung pemberian ASI eksklusif dan sudah seharusnya mengajarkan semua ibu hamil, suami/pendamping cara melakukan pijat oksitosin sehingga pada saat masa post partum tiba ibu dan keluarga bisa melakukannya tanpa adanya seorang bidan atau perawat.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Puskesmas Bumiayu Kabupaten Brebes, maka peneliti mengambil simpulan sebagai berikut:

1. Rerata volume pengeluaran ASI ibu post

- partum sebelum diberikan terapi Pijat Oksitosin yaitu sebesar 43,75 ml/cc.
- Rerata volume pengeluaran ASI ibu post partum sesudah diberikan terapi Pijat Oksitosin yaitu sebesar 76,25 ml/cc.
 - Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di Puskesmas Bumiayu menggunakan uji T-test diperoleh nilai signficancy 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini secara statistik H_0 diterima dan H_1 ditolak artinya dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di Puskesmas Bumiayu.

Saran

- Bagi Pasien dan Keluarga
Diharapkan ibu-ibu post partum dengan dibantu suami atau keluarga di rumah dapat memberitahukan ke masyarakat sekitar sehingga menambah pengetahuan serta wawasan untuk menerapkan pijat oksitosin sebagai salah satu solusi untuk mengatasi masalah ASI yang tidak lancar.
- Bagi Institusi Pendidikan
Diharapkan penelitian ini dijadikan referensi dan digunakan oleh mahasiswa untuk menambah pengetahuan di bidang kesehatan yaitu tentang pemberian intervensi pijat oksitosin terhadap ibu post partum yang mengalami masalah ketidاكلancaran ASI.
- Bagi Perawat
Diharapkan untuk meningkatkan pelaksanaan pijat oksitosin untuk mengatasi ketidاكلancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui.
- Bagi Puskesmas
Diharapkan pijat oksitosin dapat dijadikan standar Operasional Prosedur (SOP) sebagai solusi untuk ibu post partum yang mengalami masalah ketidاكلancaran ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiani, N. A (2016). Analisa Pijat Oksitosin Pada Asuhan Keperawatan Ketidak Efektifan Pemberian ASI di Ruang Flamboyan RS Prof Margono Soekarjo Purwokerto.
- Dewi, Vivian N., & Sunarsih, Tri (2011). Asuhan kebidanan pada ibu nifas. Jakarta: Salemba Medika.
- Dinkes Jateng (2017). Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2016. Semarang: Dinkes Jateng.
- Hartiningtiyaswati, S., Nuraini I. & Setiawandari (2015). Efektifitas Kombinasi IMD dan Pijat Oksitosin pada Awal Masa Menyusui terhadap Keberhasilan ASI Eksklusif di BPM Istiqomah Surabaya, Jurnal Kebidanan, Vol VII No 1.
- Kemenkes RI, Dalam Sari dan Prameswari (2019). Implementasi Kebijakan Ruang Laktasi di Tempat Kerja. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia>.
- Marsilia dan Nurliza (2019). Pengaruh pijat oksitosin dan breast care terhadap produksi ASI ibu nifas di Klinik Utama Arpasar Rebo. STIKes Mitra RIA Husada, Jakarta Timur.
- Niken & Liza (2016). Penerapan terapi pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di RSUD Tugurejo Semarang.
- Rofiah (2016). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Air Susu Ibu Pada Ibu Nifas Primipara Di Wilayah Kerja Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang.
- Siregar (2018). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum Di Klinik Sally Kecamatan Medan Tembung Tahun 2018. Skripsi: POLTEKES KEMENKES Medan.
- Sugiyono (2010). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Tuning (2018). Kombinasi Pijat Oksitosin Dan Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran ASI.
- World Health Organization (WHO). Angka Kematian Bayi, WHO. www.depkes.go.id/article/print/201204300001/jadilah-kartini-indonesia-yang-tidak-mati-muda-pencanangan-kampanye-peduli-kesehatan-ibu-2014.html. 2016
- Yulia (2018). Penerapan pijat oksitosin ibu

menyusui pada masa post partum di
Puskesmas Mlati II. Politeknik
Kesehatan Kementrian Kesehatan
Yogyakarta: KTI.

Yuventhia (2018). Efektifitas Durasi Waktu
Pemberian Pijat Oksitosin Terhadap
Kelancaran Asi Pada Ibu Post
Partumdi RSUD Kota Madiun.
Skripsi: STIKes Bhakti Husada
Mulia Masiun.