

**PENGARUH PIJAT OKSITOSIN
TERHADAP PRODUKSI ASI**

Liva Maita
(Program Studi D III Kebidanan
STIKes Hang Tuah Pekanbaru)

ABSTRAK

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang reflek oksitosin atau reflek let-down. Permasalahan ASI yang tidak keluar pada hari-hari pertama kehidupan bayi seharusnya bisa diantisipasi. Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk memperlancar pengeluaran ASI adalah dengan melakukan pijat oksitosin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di BPM Ernita, A.Md.Keb. Jenis penelitian ini adalah quasy experimental. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas hari pertama yang ada di BPM Ernita, A.Md.Keb pada bulan Februari sampai dengan Maret 2016. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer yang dianalisa menggunakan uji statistic T test Dependent dengan Wilcoxon Signed Ranks Test. Hasil analisis data menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pijat oksitosin terhadap produksi ASI dimana p value = 0,000 ($p < 0,05$). Kesimpulan penelitian ini adalah ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu nifas di BPM Ernita, Amd.Keb Pekanbaru tahun 2016.

*Kata kunci:
Pijat Oksitosin, Produksi ASI*

PENDAHULUAN**Latar Belakang**

Pijat oksitosin adalah tindakan yang dilakukan oleh keluarga terutama adalah suami pada ibu menyusui yang berupa back massage pada punggung ibu untuk meningkatkan hormon oksitosin. Hormon oksitosin juga disebut "hormon kasih sayang" karena hampir 80% hormon ini dipengaruhi oleh pikiran ibu (positif atau negative) (Widuri, 2013). Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks let down. Selain untuk merangsang refleks let down, manfaat pijat oksitosin yaitu memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak pada payudara (engorgement), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, dan mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit.

Permasalahan ASI yang tidak keluar pada hari-hari pertama kehidupan bayi seharusnya bisa diantisipasi sejak kehamilan melalui konseling laktasi. Hanya sekitar 60% masyarakat tahu informasi tentang ASI dan baru ada sekitar 40% tenaga kesehatan terlatih yang bisa memberikan konseling menyusui. Sehingga perlu adanya solusi untuk ibu yang terlanjur khawatir dan mencegah pemberian susu formula karena masalah pemberian ASI dini yang disebabkan ASI tidak keluar di hari pertama (Ulfah, 2013).

Di Indonesia bayi yang mendapat ASI eksklusif pada tahun 2014 sebesar 45,55%. Kementerian 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). Di Propinsi Riau pada tahun 2013 bayi yang mendapat ASI eksklusif sebesar 51,2% (Profil Kesehatan Riau, 2013). Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di BPM Ernita, Amd.Keb pada bulan Desember didapatkan 35 orang ibu nifas yang terdiri dari primipara 16 orang dan multipara 19 orang dengan keluhan ASI tidak keluar

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah "quasy experiment" dengan rancangan penelitian "pre and post test design" yaitu untuk melihat pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI. Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari – Maret 2016. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas hari pertama yang ada di BPM Ernita, Amd.Keb

sebanyak 37 orang. Analisis data yang digunakan adalah analisis bivariat T test Dependent yang diuji dengan *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan analisis data Univariat di dapatkan, Distribusi data produksi ASI pada ibu nifas pada ibu nifas sebelum dilakukan pijat oksitosin menunjukkan produksi ASI lancar sebanyak 8 orang (21,6%) dan produksi ASI tidak lancar sebanyak 29 orang (78,4%). Rata-rata nilai produksi ASI pada ibu nifas sebelum dilakukan pijat oksitosin adalah 0,22 dengan standar deviasi 0,417. Distribusi Frekuensi dari 37 orang ibu nifas yang melakukan pijat oksitosin, 31 orang (83,8%) mengalami perubahan dalam pemberian ASI dimana pengeluaran ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin meningkat setelah dilakukan pijat oksitosin, sedangkan 6 orang (16,2%) mengalami pengeluaran ASI tidak lancar sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin. Berdasarkan analisis data Bivariat didapatkan hasil uji statistiknya didapatkan bahwa *p value* untuk distribusi rata-rata produksi ASI pada ibu nifas dengan metode pijat oksitosin adalah 0,000, dengan *p value* < alpha (0,05). Hal ini menunjukkan bahwa metode pijat oksitosin mempunyai pengaruh terhadap produksi ASI pada ibu nifas.

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di BPM Ernita, Amd.Keb Pekanbaru tahun 2016 yang dilakukan pada bulan Februari – Maret 2016 dapat diketahui bahwa dari 37 orang ibu nifas yang dilakukan pijat oksitosin mayoritas mengalami perubahan peningkatan produksi ASI sebanyak 31 orang (83,8%), dan 6 orang (16,2%) diantaranya tidak mengalami perubahan peningkatan produksi ASI. Dan setelah dilakukan uji statistik maka diperoleh nilai *p value* adalah 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI. Pijat oksitosin dilakukan pada tulang belakang mulai dari costa ke 5-6 sampai scapula, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke *hypothalamus* di *hypofise posterior* untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya (Gustriani, 2015).

Secara fisiologis pijat oksitosin merangsang refleks oksitosin atau *let-down* untuk mensekresi hormon oksitosin ke dalam

darah. Oksitosin ini menyebabkan sel-sel mioepitelium disekitar alveoli berkontraksi dan membuat ASI mengalir dari alveoli ke ductuli menuju sinus dan puting kemudian dihisap oleh bayi. Semakin lancar pengeluaran ASI semakin banyak pula produksi ASI (Wijayanti, 2014). Hal tersebut sesuai dengan pendapat Mardiyangsih (2010) bahwa produksi ASI sangat dipengaruhi oleh hormon prolaktin yang akan memproduksi ASI, dan hormon oksitosin yang berpengaruh pada kelancaran pengeluaran ASI, karena semakin ASI keluar produksi ASI akan semakin meningkat.

Teori di atas didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Suryani (2013) dengan judul penelitian “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum Di BPM Wilayah Kabupaten Klaten”, bahwasanya dari hasil penelitian ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu postpartum dengan *p value* = 0,001 ($< 0,05$). Selanjutnya dari hasil penelitian Wijayanti (2014) yang berjudul “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta Tahun 2014” menunjukkan bahwa ibu nifas mengalami peningkatan produksi ASI setelah dilakukan pijat oksitosin terlihat dari *p value* = 0,032 ($< 0,05$) yang berarti ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas.

Dari uraian di atas, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa sebagian besar ibu nifas merasakan manfaat pijat oksitosin dimana produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin menjadi lancar setelah dilakukan pijat oksitosin. Hal ini juga membuat ibu merasa rileks, lebih nyaman, dan kelelahan setelah melahirkan juga berkurang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI. Selanjutnya diajukan beberapa saran yaitu:

1. Perlu dilakukannya sosialisasi pijat oksitosin di setiap RB/BPM pada ibu-ibu hamil trimester 2 agar Program ASI dapat berjalan dengan lancar.
2. Perlu dilakukannya pelatihan untuk bidan-bidan mengenai pijat oksitosin.

DAFTAR PUSTAKA

Gustriani, Nia. (2015). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Pasien Post Seksio Sesarea Di Ruang Nifas Rumah Sakit Wilayah Makassar. Tesis. Universitas Hasanuddin.

- [http://www.google.co.id/url?q=http://repository.unhas.ac.id:4001/digilib/files/disk/377/-niagustria-18842-1-15-niag-\).pdf](http://www.google.co.id/url?q=http://repository.unhas.ac.id:4001/digilib/files/disk/377/-niagustria-18842-1-15-niag-).pdf).
Diakses 22 April 2016.
- Mardiyaningsih, Eko. (2010). Efektifitas Kombinasi Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum Di Rumah Sakit Wilayah Jawa Tengah. Tesis. Universitas Indonesia. <http://www.google.co.id/url?q=http://perpuswu.web.id/karyailmiah/documents/3685.pdf>. Diakses 3 Februari 2016.
- Profil Kesehatan Riau. (2013). Profil Kesehatan Provinsi Riau Tahun 2013. file:///C:/Users/user/Downloads/Profil%20Kesehatan%20Provinsi%20Riau%20Tahun%202013%20(1).pdf. Diakses 20 Februari 2016.
- Saryono, Ari Setiawan. (2010). Metodologi Penelitian Kebidanan. Yogyakarta: Nuha Medika. (Hal 88)
- Suryani, Emy & Astuti, Endah Widhi. (2013). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum Di BPM Wilayah Kabupaten Klaten. Jurnal. Volume 2. Nomor 2. <http://www.google.co.id/url?q=http://www.docs-engine.com/pdf/1/oksitosin.html>. Diakses 17 Februari 2016.
- Ulfah, Raden Roro Maria. (2013). Efektivitas Pemberian Teknik Marmet Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui 0 – 6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember. Skripsi. Universitas Jember. http://www.google.co.id/url?q=http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/9987/Raden%2520Roro%2520Maria%2520Ulfah%2520-%2520072310101007_1.pdf. Diakses 9 November 2015.
- Widuri, Hesti. (2013). Cara Mengelola ASI Eksklusif Bagi Ibu Bekerja. Yogyakarta : Gosyen Publishing. (Hal 20, 176, 179, 180)
- Wijayanti, Lilis. (2014). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta Tahun 2014. Skripsi. STIKes 'Aisyiyah Yogyakarta. <https://www.google.co.id/url?q=http://opac.say.ac.id/1076/1/Naskah%2520Publikasi.pdf>. Diakses 2 April 2016.