

# Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi Asi pada Ibu Nifas di BPM Noranita Kurniawati

Ardiyanti Hidayah<sup>1</sup>, Rista Dian Anggraini<sup>1</sup>

Program Studi DIII Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang

✉ Corresponding author  
[ardiya1789@gmail.com](mailto:ardiya1789@gmail.com)

## Abstrak

ASI tidak keluar adalah kondisi tidak diproduksinya ASI atau sedikitnya produksi ASI. Hal ini disebabkan pengaruh hormon oksitosin yang kurang bekerja sebab kurangnya rangsangan isapan bayi yang mengaktifkan kerja hormon oksitosin. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi perbedaan produksi ASI pada ibu nifas yang diberi perlakuan pijat oksitosin dan tanpa perlakuan di BPM Noranita Kurniawati, Amd.Keb Desa Tugu Sumberejo, Kabupaten Jombang. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimental dengan desain rancangan posttest dengan kelompok kontrol. Populasi pada penelitian ini adalah ibu nifas 3 jam postpartum di BPM Noranita Kurniawati, Amd.Keb Desa Tugu Sumberejo, Kabupaten Jombang berjumlah 80 orang. Sampel dalam penelitian ini diambil melalui cara purposive sampling. Teknik analisis data menggunakan univariat dan bivariat dengan uji chi-square. Hasil Uji statistik menunjukkan pengaruh signifikan antara pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum di BPM tersebut. Diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan kualitas pelayanan bagi tenaga kesehatan terutama bidan sebagai pelaksana sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu akan pijat oksitosin dan dapat memotivasi ibu dan keluarga untuk melakukan pijat oksitosin serta memberikan bimbingan serta penyuluhan kepada ibu nifas tentang manfaat pijat oksitosin.

**Kata kunci:** *Pijat oksitosin, Produksi ASI, Ibu Nifas*

## Abstract

Breast milk not coming out is a condition of non-production of breast milk or at least the production of breast milk. This is due to the influence of the hormone oxytocin which does not work due to the lack of stimulation of the baby's suction which activates the work of the hormone oxytocin. Oxytocin massage is one of the solutions to overcome the inadequacy of breast milk production. The purpose of this study was to identify differences in breast milk production in puerperal mothers who were given oxytocin massage treatment and without treatment at BPM Noranita Kurniawati, Amd.Keb Tugu Sumberejo Village, Jombang Regency. The research method used in this study was experimental with a posttest design design with a control group. The population in this study was puerperal mothers 3 hours postpartum at BPM Noranita Kurniawati, Amd.Keb Tugu Sumberejo Village, Jombang Regency, totaling 80 people. The samples in this study were taken through purposive sampling. Statistical test results using chi-square (x<sup>2</sup>) obtained p-value = 0.037 (p-value ≤0.05) which means that there is a significant influence between oxytocin massage on breast milk production in post partum mothers in BPM It is hoped that the results of this study can improve the quality of service for health workers, especially midwives as implementers so as to increase maternal knowledge of oxytocin massage and can motivate mothers and families to do oxytocin massage and provide guidance and Counseling to postpartum mothers about the benefits of oxytocin massage

**Keywords:** *Oxytocin Massage, ASI Production, Puerperal Mother*

## PENDAHULUAN

Di Indonesia hampir 9 dari 10 ibu pernah memberikan ASI, namun penelitian menemukan hanya 49,8% yang memberikan ASI secara eksklusif selama 6 bulan sesuai rekomendasi WHO. Rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif ini dapat berdampak pada kualitas hidup generasi penerus bangsa dan juga pada perekonomian nasional (Indonesia, 2022). Salah satu indikator yang dapat digunakan untuk PHBS sesuai dengan kriteria PHBS yang ditetapkan oleh Pusat Promkes pada tahun 2011, yaitu memberi ASI eksklusif. Proses mulai menyusui terbanyak terjadi pada 1-6 jam setelah kelahiran (35,2%) dan kurang dari 1 jam (inisiasi menyusui dini) sebesar 34,5%, sedangkan proses mulai menyusui terendah terjadi pada 7-23 jam setelah kelahiran yaitu sebesar 3,7% (Kemenkes RI, 2022).

Hubungan antara perkembangan bayi dan pemberian ASI telah banyak diteliti. Meta analisis yang dilakukan Anderson et al. menyimpulkan bahwa bayi yang diberikan ASI memiliki tingkat perkembangan kognitif yang lebih tinggi dibandingkan bayi yang diberikan susu formula (Devi Syamsuddin & HN, 2020). Salah satu penjelasan dari hasil penelitian tersebut adalah 60% dari otak bayi tersusun dari lemak, terutama DHA dan asam arachidonat (AA), dan ASI mengandung asam lemak tak jenuh rantai panjang (LCPUFAs) seperti DHA dan AA yang merupakan zat gizi ideal untuk pertumbuhan otak bayi yang belum matang (Fikawati, 2015). Kekurangan gizi yang terjadi pada awal kehidupan dapat mengakibatkan terjadinya *growth faltering* (gagal tumbuh) sehingga bayi yang tidak mendapatkan ASI akan tumbuh kembang anak yang mengakibatkan anak memiliki tinggi kurang dari rata-rata. Selain itu, kekurangan gizi akibat tidak mendapatkan ASI juga dapat berpengaruh terhadap perkembangan kognitif, morbiditas dan mortalitas bayi. Gizi yang terdapat dalam ASI akan mempercepat pemulihan dan mengurangi intensitas (kegawatan) penyakit infeksi pada bayi. Kejadian infeksi pada bayi tidak dapat disepelekan, mengingat infeksi merupakan penyebab utama kematian bayi di negara berkembang.

ASI tidak keluar adalah kondisi tidak diproduksinya ASI atau sedikitnya produksi ASI. Hal ini disebabkan pengaruh hormon oksitosin yang kurang bekerja sebab kurangnya rangsangan isapan bayi yang mengaktifkan kerja hormon oksitosin. Hormon oksitosin bekerja merangsang otot polos untuk meremas ASI yang ada pada alveoli, lobus serta duktus yang berisi ASI yang dikeluarkan melalui putting susu (Fikawati, 2015). Salah satu tindakan yang perlu dilakukan untuk memaksimalkan kualitas dan kuantitas ASI, yaitu pemijatan punggung. Pemijatan punggung ini berguna untuk merangsang pengeluaran hormon oksitosin menjadi lebih optimal dan pengeluaran ASI menjadi lancar (Purwoastuti, 2017). Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat Oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan (Suryani & Astuti, 2013). Dari hasil pre survey yang dilakukan oleh peneliti di BPM Noranita Kurniawati, Amd.Keb Desa Tugu Sumberejo Kabupaten Jombang belum melakukan pijat oksitosin pada saat memberikan asuhan kebidanan pada ibu post partum baik untuk merangsang keluarnya ASI maupun untuk involusi uterus dan BPM Noranita Kurniawati, Amd.Keb yang merupakan BPM yang berada di wilayah kerja Puskesmas Peterongan yang tidak terdapat jumlah kasus kematian bayi. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di BPM Noranita Kurniawati.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimental dengan desain rancangan posttest dengan kelompok kontrol. Populasi pada penelitian ini adalah ibu nifas 3 jam postpartum di BPM Noranita Kurniawati berjumlah 80 orang. Sampel dalam penelitian ini diambil melalui cara purposive sampling. Sampel berjumlah 32 orang yang terdiri dari 16 orang sebagai responden yang diintervensi dan 16 orang sebagai variabel kontrol. Data penelitian dikumpulkan dengan melakukan pemijatan oksitosin setelah 3 jam postpartum dan selama 5 hari tiap pagi dan sore hari selanjutnya dilakukan observasi pada hari ke-6. Data yang terkumpul selanjutnya diproses dan dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji chi-square dengan bantuan perangkat lunak komputer.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

Tabel 1 : Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia.

Usia	f	%
<20	1	3,1
20-30	21	65,6
>30	10	31,2
Jumlah	32	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui dari 32 responden sebagian besar mempunyai usia 20-30 tahun yaitu 21 responden (65,6%).

Tabel 2: Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	f	%
SD	2	6,2
SMP	11	34,4
SMA	14	43,8
PT	5	15,6
Jumlah	32	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui dari 32 responden sebagian besar mempunyai pendidikan SMA yaitu 14 responden (43,8%).

Tabel 3: Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	f	%
Bekerja	2	6,2
Tidak bekerja	30	93,8
Jumlah	32	100

Berdasarkan tabel 3 diketahui dari 32 responden sebagian besar responden tidak bekerja yaitu 30 responden (93,8%).

Tabel 4: Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Paritas

Paritas	f	%
Primigravida	9	28,1
Multigravida	23	71,9
Jumlah	32	100

Berdasarkan tabel 4 diketahui dari 32 responden sebagian besar responden multigravida yaitu 23 responden (71,9%).

## Analisis Bivariat

Tabel 5: Distribusi Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum

Pijat Oksitosin	Produksi ASI				p value	OR
	Cukup		Kurang			
	f	%	f	%		
Pijat	15	93,75	1	6,25	0,037	11,667 (1,227-110,953)
Tidak Pijat	9	56,2	7	43,8		
Total	24	75	8	25		

Berdasarkan analisis pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI diketahui bahwa dari 16 responden yang melakukan pijat oksitosin terdapat 15 orang mengalami produksi ASI yang cukup, sedangkan dari 16 responden yang tidak melakukan pijat oksitosin terdapat 9 orang mengalami produksi ASI yang cukup. Hasil Uji statistik menggunakan chi-square ( $\chi^2$ ) diperoleh p-value = 0,037 (p-value  $\leq$  0,05) yang berarti ada pengaruh signifikan antara pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum di BPM Noranita Kurniawati, Amd.Keb. Dari hasil analisis diperoleh pula nilai OR = 11,667 (1,227- 110,953), yang artinya ibu post partum yang melaksanakan pijat oksitosin mempunyai peluang 11,667 kali mengalami produksi ASI cukup dibandingkan dengan ibu yang tidak melakukan pijat oksitosin.

## PEMBAHASAN

Produksi ASI pada Ibu Nifas yang Melakukan Pijat Oksitosin Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 16 responden yang melakukan pijat oksitosin terdapat 15 orang memiliki produksi ASI yang cukup dan 1 responden yang memiliki produksi ASI yang kurang. Hal ini sejalan dengan teori yang ada bahwa pijat stimulasi oksitosin untuk ibu menyusui berfungsi untuk merangsang hormon oksitosin agar dapat memperlancar ASI dan meningkatkan kenyamanan ibu. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan (Lestari, 2020). Pijat ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks pengeluaran ASI. Ibu yang menerima pijat oksitosin akan merasa lebih rileks (Monika, 2016).

Hasil penelitian yang dilakukan di BPM wilayah kabupaten Klaten didapatkan hasil analisa bivariat menunjukkan adanya perbedaan rata rata berat badan bayi dengan p value : 0.001, ada perbedaan frekuensi BAK yang bermakna dengan p value=0,001 dan ada perbedaan frekuensi menyusui yang bermakna dengan p value=0,001 serta ada perbedaan lama tidur yang bermakna dengan p value=0,001 (Monika, 2016). Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI dengan indikasi berat badan bayi, frekuensi bayi menyusui, frekuensi bayi BAK dan lama bayi tidur setelah menyusui. Menurut analisa peneliti kecukupan produksi ASI pada ibu nifas di BPM Noranita Kurniawati, Amd.Keb Desa Tugu Sumberejo Kabupaten Jombang adalah baik.

Pijat oksitosin yang dilakukan pada ibu nifas dapat membuat rileks dan nyaman, sehingga dapat mengurangi rasa lelah setelah melahirkan terutama pijat yang dilakukan setelah 3 jam postpartum. Ibu nifas yang dilakukan pijat oksitosin mengatakan bahwa selama dilakukannya pijat oksitosin ibu merasa nyaman dan rileks sehingga selama pemijatan ibu merasakan adanya aliran ASI yang menetes keluar. Pijat oksitosin juga mudah dilakukan dengan gerakan yang tidak terlalu banyak sehingga dapat diingat oleh keluarga untuk dilakukan dan tak membutuhkan waktu yang lama. Dukungan dari suami dan keluarga juga berperan penting dalam menyusui. Salah satu wujud dukungan tersebut dapat dilihat dari suami dan keluarga menyetujui untuk melakukan pijat oksitosin sehingga ibu dapat termotivasi untuk menyusui bayinya serta adanya anggota keluarga yang bersedia membantu melakukan pekerjaan rumah yang biasa dilakukan ibu.

Produksi ASI pada ibu nifas yang tidak melakukan pijat oksitosin berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 16 responden yang tidak melakukan pijat oksitosin terdapat 9 orang memiliki

produksi ASI yang cukup dan 7 orang memiliki produksi ASI yang kurang. Beberapa faktor yang diidentifikasi dapat mempengaruhi laktasi di antaranya adalah Faktor Biologis (Nutrisi, kondisi payudara, sistem endokrin, paritas, umur kehamilan, kebiasaan, istirahat), faktor psikologis, faktor sosial (sosio-emosional, sosio-ekonomi, tingkat pendidikan, faktor lainnya (perawatan payudara, pijat oksitosin, teknik marmet) Hasil penelitian yang dilakukan Siti Nur Endah dan Imas Masdinarsah di Ruang Kebidanan Rumah Sakit Muhammadiyah Bandung Tahun 2011. yaitu, waktu pengeluaran kolostrum kelompok perlakuan rata – rata 5,8 jam, sedangkan lama waktu kelompok kontrol adalah rata-rata 5,89 jam . Jumlah kolostrum yang dikeluarkan kelompok perlakuan rata – rata 5,333 cc sedangkan kelompok kontrol adalah rata-rata 0,0289 cc . Pijat oksitosin berpengaruh terhadap jumlah produksi kolostrum dengan P-value 0,009, dan pijat oksitosin tidak berpengaruh terhadap lama waktu pengeluaran kolostrum ibu post partum dengan P-value 0,939.

Menurut analisis peneliti kecukupan produksi ASI baik karena pada umumnya produksi ASI yang tidak melakukan pijat oksitosin cukup karena sebagian besar paritas responden adalah multipara sehingga kehamilan atau persalinan yang ke-2 memiliki kecenderungan lebih baik daripada yang pertama dalam hal laktogenesis dan galaktopoesis serta memiliki pengalaman dalam menyusui. Selain itu, ibu nifas yang menjadi responden tidak memiliki pantangan dalam makanan sehingga pola nutrisi baik protein dari ikan, kacang-kacangan yang dapat meningkatkan produksi ASI dapat terpenuhi. Mayoritas pekerjaan ibu adalah ibu rumah tangga sehingga saat siang hari ibu memiliki waktu untuk beristirahat. Dimana ibu menyusui sangat memerlukan tidur yang cukup dan efektif agar metabolisme dalam tubuhnya berjalan lancar.

### **Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap produksi ASI pada Ibu Nifas**

Berdasarkan analisis pengaruh pijat oksitosin terhadap kecukupan produksi ASI pada ibu nifas diketahui bahwa dari 16 responden yang melakukan pijat oksitosin terdapat 15 orang yang memiliki produksi ASI cukup, sedangkan dari 15 responden yang tidak melakukan pijat oksitosin terdapat 9 orang memiliki produksi ASI cukup. Hasil Uji statistik menggunakan Chi Square ( $\chi^2$ ) diperoleh p-value= 0,037 (pvalue  $\leq$  0,05) yang berarti bahwa ada pengaruh signifikan antara pijat oksitosin terhadap produksi ASI di BPM Noranita Kurniawati, Amd.Keb Desa Tugu Sumberejo Kabupaten Jombang.

Dari hasil analisis diperoleh pula nilai OR= OR =11,667 (1,227-110,953) yang artinya ibu post partum yang melakukan pijat oksitosin mempunyai peluang 11,667 kali memiliki peluang produksi ASI yang cukup dibandingkan dengan ibu yang tidak melakukan pijat oksitosin. Produksi ASI sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologis ibu menyusui. Saat ibu menyusui merasa nyaman dan rileks pengeluaran oksitosin dapat berlangsung dengan baik. Terdapat titik-titik yang dapat memperlancar ASI di antaranya, tiga titik di payudara yakni titik di atas puting, titik tepat pada puting dan titik dibawah puting, serta titik di punggung yang segaris dengan payudara. Pijat stimulasi oksitosin untuk ibu menyusui berfungsi untuk merangsang hormon oksitosin agar dapat memperlancar ASI dan meningkatkan kenyamanan ibu.

Pijatan di bagian punggung ibu yang membuat ibu rileks juga dapat merangsang pengeluaran oksitosin. Hormon oksitosin merangsang kontraksi lapisan miometrium uteri dalam proses persalinan. Hormon ini juga menghasilkan pengeluaran air susu melalui pengaduan kontraksi sel-sel mioepitel di kelenjar payudara sebagai respons terhadap pengisapan puting susu yang dilakukan si bayi, yang kemudian terjadilah refleks neurogenik (aliran listrik saraf) yang dihantarkan ke hipotalamus melalui serabut-serabut saraf di medula spinalis (daerah tulang belakang) (Khairani et al., 2012). Pijat oksitosin lebih efektif diberikan sebanyak dua kali dalam sehari yaitu pagi dan sore, hal tersebut dapat mempengaruhi produksi ASI ibu postpartum(Endah, 2011).

Pijat oksitosin adalah suatu tindakan pemijatan tulang belakang mulai dari nervus ke 5-6 sampai scapula yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis untuk menyampaikan perintah ke otak bagian belakang sehingga oksitosin keluar(A.P, 2013). Hasil penelitian lain mengenai pengaruh pijat oksitosin terhadap involusi uterus pada ibu post partum di ruang post partum kelas III RSHS Bandung yaitu teridentifikasi pengaruh oksitosin terhadap involusi uterus pada ibu post partum di Ruang Post Partum Kelas III RSHS Bandung, melalui uji statistik Chi-square dengan nilai  $p < 0.05$ (Khairani et al., 2012). Berdasarkan teori dan hasil penelitian di atas menurut peneliti adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI di BPM Noranita Kurniawati, Amd.Keb Desa Tugu

Sumberejo Kabupaten Jombang karena dengan melakukan pijat oksitosin dapat merangsang hormon oksitosin yang berfungsi dalam pengeluaran ASI. Dilihat dari segi pekerjaan, sebagian besar responden tidak bekerja, seharusnya memungkinkan untuk melaksanakan pijat oksitosin baik oleh suami di pagi dan sore hari ataupun dilakukan oleh keluarga.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan penelitian dapat disimpulkan ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di ibu nifas cara melakukan pijat oksitosin, melakukan penyuluhan mengenai pijat oksitosin di kelas ibu dan dapat memotivasi ibu dan keluarga untuk melakukan pijat oksitosin selama masa nifas, dan menyediakan leaflet atau brosur mengenai pijat oksitosin sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu nifas akan pijat oksitosin. BPM Noranita Kurniawati, Amd.Keb Desa Tugu Sumberejo Kabupaten Jombang yaitu 93,8% ibu nifas yang melakukan pijat oksitosin sebagian besar memiliki produksi ASI yang cukup, 56,2% ibu nifas yang tidak melakukan pijat oksitosin terdapat 9 orang yang memiliki produksi ASI yang cukup. Hasil analisis statistik lebih lanjut menyimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas dengan pvalue 0,037. Berdasarkan kesimpulan tersebut penulis menyarankan kepada BPM Noranita Kurniawati, Amd.Keb Desa Tugu Sumberejo Kabupaten Jombang untuk melakukan pijat oksitosin setelah 3 jam postpartum dan mengajarkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- A.P, A. M. (2013). Perbedaan Lama Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin yang Dilakukan dan yang Tidak Dilakukan Pijat Endorphin di RB Margo Waluyo Surakarta. *Jurnal Kebidanan*, 1(1), 30–36.
- Devi Syamsuddin, S., & HN, S. (2020). Studi Literatur Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas. *Urnal Fenomena Kesehatan*, 3(2), 384–391.
- Endah, S. N. I. M. (2011). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Pengeluaran Kolostrum pada Ibu Post Partum di Ruang Kebidanan di Rumah Sakit Muhammadiyah Bandung Tahun 2011. *Jurnal Kesehatan Kartika*, 99. <https://doi.org/https://doi.crossref.org/servlet/useragent>
- Fikawati, S. (2015). *Gizi Ibu dan Bayi*. Rajagrafindo Persada.
- Indonesia, I. D. A. (2022). *Materi Edukasi*. IDAI.
- Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*.
- Khairani, L., Komariah, M., & Mardiah, W. (2012). PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP INVOLUSI UTERUS PADA IBU POST PARTUM DI RUANG POST PARTUM KELAS III RSHS BANDUNG. *Students E-Journal*, 1(1), 33.
- Lestari, L. L. S. E. E. K. P. (2020). Pengaruh Metode SPEOS (Stimulasi Pijat Endorfin Oksitosin Suggestif) Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas. *Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR)*, Vol 3, No 1 (2020), 18–25.
- Monika, F. B. . K. S. (2016). *Buku Pintar ASI dan Menyusui*. Noura Books.
- Purwoastuti, E. S. W. T. E. (2017). *Asuhan Kebidanan : Masa Nifas & Menyusui*. Pustaka Baru Press.
- Suryani, E., & Astuti, E. W. (2013). PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PRODUKSI ASI IBU POSTPARTUM DI BPM WILAYAH KABUPATEN KLATEN. *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2).