

Pengaruh Pijat Oksitosin Dengan Zaitun Oil Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui

Dewi Handayani¹, Dewi Srirahayu Tinendung²

¹Fakultas Kesehatan Institut Kesehatan Sumatera Utara, ²Akademi Kebidanan Madina Husada

dewihandayani1387@gmail.com (1), tinendungdewi@gmail.com (2)

ABSTRAK

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. Salah satu indikator yang dapat digunakan untuk PHBS sesuai dengan kriteria PHBS yang ditetapkan oleh Pusat Promkes pada tahun 2011, yaitu memberi ASI eksklusif. Penelitian ini merupakan penelitian quasi experimental dengan menggunakan desain penelitian Non Equivalent Control Group Design yang bertujuan untuk dapat mengetahui pengaruh pijat oksitosin dengan zaitun oil terhadap produksi ASI pada ibu menyusui, bertujuan untuk menganalisis ada pengaruh pijat oksitosin dengan zaitun oil terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di BPM Mindo Nainggolan Kabupaten Padang Lawas tahun 2024. Hasil penelitian sebelum dan sesudah dilakukan pijatan oksitosin dengan zaitun oil terhadap produksi ASI pada ibu menyusui dengan p Value = 0,000 berarti ada perbedaan yang signifikan antara pretes-postes dan ada pengaruh pijat oksitosin dengan zaitun oil terhadap produksi ASI pada ibu menyusui.

Kata Kunci : Pijat Oksitosin, Produksi ASI, Ibu Menyusui

ABSTRACT

In Indonesia, almost 9 out of 10 mothers have breastfed, but the study found that only 49.8% breastfed exclusively for 6 months as recommended by WHO. The low coverage of exclusive breastfeeding can have an impact on the quality of life of the nation's next generation and also on the national economy. One of the indicators that can be used for PHBS is in accordance with the PHBS criteria set by the Promkes Center in 2011, namely exclusive breastfeeding. This research is a quasi-experimental research using a Non Equivalent Control Group Design research design which aims to determine the effect of oxytocin massage with olive oil on breast milk production in breastfeeding mothers. The aim is to analyze the effect of oxytocin massage with olive oil on breast milk production in breastfeeding mothers in BPM Mindo Nainggolan Padang Lawas Regency in 2024. The results of research before and after oxytocin massage with olive oil on breast milk production in breastfeeding mothers with p value = 0.000 means there is a significant difference between pretest-posttest and there is an effect of oxytocin massage with olive oil on production breast milk in breast-feed mothers.

Keywords : Oxytocin Massage, Breast Milk Production, Breastfeeding Mothers

I. PENDAHULUAN

1. Latar belakang

Peran ibu sangat penting dalam awal perkembangan anak ketika proses kehamilan hingga pasca kelahiran. Memberikan ASI eksklusif pada bayi baru lahir merupakan cara terbaik terbaik untuk pertumbuhan dan perkembangan. ASI tidak hanya akan meningkatkan kekebalan tubuh secara alami, tetapi juga akan membentuk jalinan kasih sayang atau yang disebut dengan *bounding* antara bayi dan ibu. ASI merupakan zat gizi alamiah terbaik bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi. ASI merupakan susu segar dan steril yang diproduksi langsung oleh ibu dan dapat mengurangi gangguan pencernaan, dibandingkan dengan makanan lain jika ditelan oleh bayi (Doko, 2019). Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi terbaik yang paling tepat bagi bayi baru lahir sampai umur 6 bulan, karena usus bayi belum bisa mencerna makanan pada masa tersebut selain dengan pemberian ASI. ASI dapat mengurangi gangguan gastrointestinal pada bayi karena ASI langsung diproduksi oleh ibu sehingga segar dan steril. Komposisi yang terkandung dalam ASI sangat mengandung banyak manfaat, yaitu sebagai nutrisi, hormon, kekebalan tubuh, faktor pertumbuhan, anti alergi, antibodi serta anti inflamasi yang dapat mencegah terjadinya infeksi pada bayi (Nurainun, 2021). 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. 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). Produksi ASI dipengaruhi oleh hormone prolaktin dan oksitosin. Usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan selain dengan memeras ASI, dapat juga dilakukan dengan melakukan perawatan payudara, inisiasi menyusui dini (IMD), menyusui secara on demand, pijat oksitosin (Apreliasari, 2020). Teknik untuk memperbanyak produksi ASI antara lain perawatan payudara atau *breast care*, senam payudara, pemijatan payudara dan pijat oksitosin. Sebagai alternatif, dilakukan berbagai penelitian untuk menemukan terapi pengganti yang lebih aman sehingga dapat meningkatkan produksi ASI seperti terapi non farmakologis seperti terapi herbal, pijat oksitosin, pijat marmet, pijat endorpin, kompres hangat, *breast care* dan aroma terapi. Tetapi karena keterbatasan informasi di layanan kesehatan tentang prosedur pelaksanaan maka metode- metode ini jarang diberikan oleh tenaga kesehatan sebagai *care giver* kepada pasien (Doko, 2019). Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidak lancarannya produksi ASI. Pemijatan oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang sisi tulang belakang sampai tulang *costae* kelima- keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijat oksitosin tidak dapat dilakukan oleh ibu karena pijat oksitosin ini dilakukan disepanjang tulang belakang ibu. Oleh karena itu, ibu membutuhkan dukungan keluarga dalam pelaksanaan pijat oksitosin khususnya keluarga paling terdekat dengan ibu yaitu suami. Manfaat dari penerapan pijat oksitosin berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menyenangkan ibu, sehingga ASI pun otomatis keluar. Efek pijat oksitosin adalah sel kelenjar payudara mensekresi ASI sehingga bayi mendapatkan ASI sesuai dengan kebutuhan dan berat badan bayi bertambah (Doko, 2019). Berdasarkan hasil pengamatan peneliti di BPM Mindo Nainggolan terhadap 5 orang ibu nifas, semua tidak mengetahui cara melakukan pijat oksitosin. Selama ini jika ada ibu nifas yang air susunya tidak keluar, bidan hanya meminta ibu untuk sesering mungkin menyusukan bayinya supaya dapat merangsang keluarnya air susu ibu. Berdasarkan hal

tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pijat oksitosin terhadap kelancaran air susu ibu. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pijat Oksitosin dengan Zaitun *Oil Massage* terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di BPM Mindo Nainggolan Kabupaten Padang Lawas Tahun 2024.

2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah : Apakah ada pengaruh pijat oksitosin dengan zaitun *oil* terhadap produksi ASI pada ibu menyusui.

3. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah :

mengidentifikasi produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin dengan zaitun *oil* pada ibu menyusui, dan untuk mengidentifikasi pengaruh pijat oksitosin dengan zaitun *oil* terhadap produksi ASI ibu menyusui.

4. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah menambah wawasan para ibu tentang pengaruh pijat oksitosin dengan zaitun *oil* terhadap produksi ASI pada ibu menyusui.

II. METODE PENELITIAN

Tempat dan Waktu

Penelitian ini dilakukan BPM Mindo Nainggolan dan merupakan penelitian *quasi eksperimen* dengan desain *one group pretest-postest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui bayi bayi 0-6 bulan mulai bulan Januari 2024 yang berjumlah 40 ibu di BPM Mindo Nainggolan. Jumlah sampel sebanyak 18 responden dengan teknik *purposive sampling*.

Rancangan Penelitian atau Model

Penelitian ini merupakan penelitian *quasi eksperimental* untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin dengan zaitun *oil* terhadap produksi ASI pada ibu menyusui dengan rancangan *pretest-postest design* dengan Teknik *purvosive sampling*. Mengukur produksi ASI sebelum dan sesudah melakukan pijat oksitosin dilakukan selama 7 hari berturut-turut. Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Paired T-Test*.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

1	Umur	f	%
	17-25 tahun	0	0
	26-35 tahun	15	83,3
	36-45 tahun	3	16,7
	Jumlah	18	100
2	Pendidikan	f	%
	SD/SMP	0	0
	SMA	15	83,3
	D3/S1	3	16,7
	Jumlah	18	100
2	Paritas	f	%
	Primigravida	8	44,4
	Scundigravida	10	55,6

			6
	Multigravida	0	0
	Jumlah	18	100

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat bahwa dari 18 responden (100%) mayoritas responden berusia antara 26 dan 35 yaitu sebanyak 15 responden (83,3%), dan minoritas berusia antara usia 36-45 tahun yaitu sebanyak 3 responden (16,7%). Dari table diatas juga diketahui dari 18 responden mayoritas responden berpendidikan lulusan SMA yaitu sebanyak 15 responden (83,3%), dan minoritas berpendidikan lulusan D3/Sarjana yaitu sebanyak 3 responden (16,7%) Dapat diamati bahwa dari 18 responden, mayoritas responden paritasnya adalah Scundigravida yaitu sebanyak 10 responden (55,6%) dan minoritas adalah ibu primigravida sebanyak 8 responden (44,4%).

Distribusi Frekuensi PreTest Pijat Oksitosin dengan Zaitun Oil terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui

No	Produksi ASI		<i>Pre-test</i>
		f	%
1	Lancar	0	0
2	Tidak Lancar	18	100.0
	Total	18	100.0

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa produksi ASI pada ibu menyusui, ditemukan seluruh responden memiliki produksi ASI yang tidak lancar yaitu sebanyak 18 responden (100%)

Distribusi Frekuensi PostTest Pijat Oksitosin dengan Zaitun Oil terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui

No	Produksi ASI		<i>Pre-test</i>
		f	%
1	Lancar	18	100.0
2	Tidak Lancar	0	0
	Total	18	100.0

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa setelah dilakukan pijat oksitosin dengan zaitun oil terhadap produksi asi pada ibu menyusui, ditemukan bahwa seluruh responden atau sebanyak 18 responden (100%) ditemukan mengalami peningkatan produksi ASI menjadi lancar

Pengaruh Pijat Oksitosin dengan Zaitun Oil terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui

Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
			Lower	Upper			
Pair 1 Volume_ASI_Prete -197,611 Volume_ASI_Poste	41,477	9,776	-218,237	-176,985	-20,213	17	,000

st							
----	--	--	--	--	--	--	--

Berdasarkan tabel 4.5 diatas dapat diketahui bahwa pada ibu menyusui yang mengalami produksi ASI kurang lancar atau tidak lancar disimpulkan dengan melakukan pijat oksitosin dengan zaitun oil ditemukan hasil *post-test* dengan sampel 18 responden memiliki nilai P - value $(0.000) < \alpha 0.05$ maka H_0 ditolak H_a diterima yang artinya terdapat pengaruh pijat oksitosin dengan zaitun oil terhadap produksi asi pada ibu menyusui di BPM Mindo Nainggolan Kabupaten Padang Lawas Tahun 2024. Berdasarkan dari penelitian bahwa dari 18 responden (100%) mayoritas responden berusia antara 26 dan 35 yaitu sebanyak 15 responden (83,3%), dan minoritas berusia antara usia 36-45 tahun yaitu sebanyak 3 responden (16,7%). Dari table diatas juga diketahui dari 18 responden mayoritas responden berpendidikan lulusan SMA yaitu sebanyak 15 responden (83,3%), dan minoritas berpendidikan lulusan D3/Sarjana yaitu sebanyak 3 responden (16,7%) Dapat diamati bahwa dari 18 responden, mayoritas responden paritasnya adalah Scundigravida yaitu sebanyak 10 responden (55,6%) dan minoritas adalah ibu primigravida sebanyak 8 responden (44,4%). Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa produksi ASI pada ibu menyusui, ditemukan seluruh responden memiliki produksi ASI yang tidak lancer yaitu sebanyak 18 responden (100%). ASI, sumber nutrisi utama bayi, adalah emulsi lemak dalam campuran protein, laktosa, dan garam organik yang dikeluarkan oleh kelenjar susu kedua ibu (Dr.Soetjiningsih, 2018). Hormon prolaktin dan oksitosin terlibat dalam produksi ASI. Meskipun hormon prolaktin akan meningkat selama kehamilan, ASI belum diproduksi karena hormon estrogen yang kuat masih menghambatnya. Tidak semua ibu postpartum langsung mengeluarkan ASI karena pengeluaran ASI merupakan suatu interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, saraf dan bermacam-macam hormon yang berpengaruh terhadap pengeluaran oksitosin. Pengeluaran hormon oksitosin selain dipengaruhi oleh isapan bayi juga dipengaruhi oleh reseptor yang terletak pada sistem duktus, bila duktus melebar atau menjadi lunak maka secara reflektoris dikeluarkan oksitosin oleh hipofise yang berperan untuk memeras air susu dari alveoli, oleh karena itu perlu adanya upaya mengeluarkan ASI untuk beberapa ibu postpartum. Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran (Syahdani, 2020). Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa setelah dilakukan pijat oksitosin dengan zaitun oil terhadap produksi asi pada ibu menyusui, ditemukan bahwa seluruh responden atau sebanyak 18 responden (100%) ditemukan mengalami peningkatan produksi ASI menjadi lancar. Produksi susu dan konsumsi nutrisi berhubungan erat pada ibu menyusui. Bayi pasti membutuhkan ASI untuk pertumbuhan dan perkembangan yang sehat dan teratur. Wanita menyusui harus memiliki kebutuhan kalori yang proporsional. Selama menyusui, kebutuhan kalori harus sesuai dengan jumlah ASI yang diproduksi. Selain itu, menyusui membutuhkan lebih banyak kalori daripada kehamilan. Wanita sehat menghasilkan ASI dengan kandungan kalori rata-rata 70 kalori per 100 mililiter. Ibu biasanya dapat menghasilkan antara 550 dan 1000 ml susu setiap hari. Produksi ASI sangat dipengaruhi oleh makanan yang kaya nutrisi. Selama menyusui, kebutuhan nutrisi ibu akan terganggu, yang akan berdampak pada seberapa baik fungsi kelenjar penghasil ASI. Jika kebutuhan nutrisi dari makanan ibu tercukupi, maka kelenjar penghasil ASI dapat berfungsi dengan baik (Ambarwati E R, dan Wulandari D, 2018). Pijat laktasi memicu produksi hormon oksitoksin, hormon yang berperan penting dalam proses pengeluaran ASI. Dengan dilakukannya pijat laktasi pada ibu menyusui dapat meningkatkan produksi ASI yang sangat bermanfaat terhadap pemberian ASI pada bayi, selain itu dengan adanya pijet laktasi dapat mencegah dan mengatasi bendungan ASI serta mempercepat proses involusi uteri pada ibu *postpartum* (Lubis, 2021).

IV. KESIMPULAN

Dari penelitian yang telah kami lakukan, Pengaruh pijat oksitosin dengan zaitun oil terhadap produksi ASI pada ibu menyusui, hasil uji statistik *Paired T- test* dengan taraf signifikan sig α 0,05 diperoleh hasil p-value $0,000 < 0,05$ yang berarti ada pengaruh sebelum dan sesudah pijat oksitosin dengan zaitun oil terhadap produksi ASI pada ibu menyusui. Pijat oksitosin dengan zaitun oil dapat dijadikan sebagai titik awal bagi ibu menyusui untuk meningkatkan produksi ASI ibu menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

- Apreliasari, Helmy. (2020). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Asi*. JIKA, 5(1), pp. 48-52
- Doko, Tabita Mariana. (2019). *Pengaruh Pijat Oksitosin Oleh Suami Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas*. Jurnal Keperawatan Silampari 2(2), pp .66-86
- Hardani. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Yogyakarta :Pustaka Ilmu Grup.
- Hidayahti, Gus. (2021). *Pengaruh Pijatan Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Menyusui*. Skripsi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
- Indra P, I Made, dan Ika Cahyaningrum. (2019). *Cara Mudah Memahami Metodologi Penelitian*. Yogyakarta:Deepublish
- KemenkesRI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022*. Jakarta : entrainian Kesehatan RI
- Lestari, Siti Novita. (2019). *Efektivitas Pijat Oksitosin Dan Breast Care Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Blora*. Skripsi. Poltekkes kemenkes Semarang
- Nurainun, Elis. (2021) *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas: Literature Review*. Jurnal Kebidanan Khatulistiwa. 7(1), pp .20-26
- Pollard, M. 2015. *ASI Asuhan Berbasis Bukti*. Jakarta: EGC
- Roulina, Yessy. (2018). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Postpartum Di Klinik Sally Kecamatan Medan Tembung Tahun 2018*
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*. Bandung. Afabeta
- Syahdani. (2020). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Lumut Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2020*. Skripsi. Universitas AufaRoyhan.
- Utami, Arihta. (2017). *Perbedaan Produksi Asi Ibu Pada Post Partum Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pijat Oksitosin Di Klinik Pratama Jannah Tembung Medan Tahun 2017*. Skripsi. PoliteknikKemenkes Kesehatan medan
- Walyani ,& Purwoastuti. (2017). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru

Accepted Date	Revised Date	Decided Date	Accepted to Publish
05 Oktober 2024	11 Oktober 2024	25 Oktober 2024	Ya