

PENGARUH PIJAT OKSITOSIN PADA IBU MENYUSUI TERHADAP KELANCARAN ASI DI PMB PANCORAN MAS TAHUN 2022

Dwi Reza Wahyuni¹

Politeknik Tiara Bunda

ABSTRACT

Background: Breast milk does not come out due to the condition of not producing breast milk or at least producing breast milk caused by the oxytocin hormone that does not work because of the lack of stimulation of the baby's sucking which activates the work of the oxytocin hormone. When a nursing mother experiences stress or discomfort, there will be an inhibition of the let down reflex so that it will reduce milk production.

Objectives: To determine the effect of Oxytocin Massage on Breastfeeding Mothers on Breastfeeding Smoothness at PMB A. Hermayani Bekasi in 2022.

Methods: This research is a one group pre test post test. The population in this study were all breastfeeding mothers who experienced irregular breastfeeding at PMB A Hermayani Bekasi a total of 30 mothers.

Results: the effect of cytosine massage before being given an intervention is lower $I < 2$ is the minimum value after being given an intervention which increases by a difference of 1. The median value after being given the intervention has increased by $1 > 3$ with a difference of 2 While the maximum after being given the intervention has increased: $I > 4$ with a difference of 3. means there is a significant increase with a p-value of 0.000 meaning H_0 is rejected and H_1 is accepted, which means that there is an effect of oxytocin massage on breastfeeding mothers on the smooth production of breast milk at PMB A. Hermayani in 2022.

Conclusion: The smoothness of breast milk in breastfeeding mothers before oxytocin massage was carried out at PMB A. Hermayani Bekasi In 2022, most of the milk production was not smooth. The smoothness of breast milk in nursing mothers after oxytocin massage was carried out at PMB A. Hermayani Bekasi in 2022, most of the milk output was smooth. There was an effect of oxytocin massage on smooth milk in PMB A. Hermayani Bekasi in 2022

Keywords: oxytocin massage, smooth breastfeeding, breastfeeding mothers

Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan terbaik untuk bayi yang baru lahir dan merupakan satu – satunya makanan sehat yang diperlukan bayi pada bulan-bulan pertama kehidupannya. Namun demikian tidak semua ibu dapat memberikan ASI pada bayinya. ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan atau menggantikan dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral) (Kemenkes RI, 2018).

ASI tidak keluar disebabkan kondisi tidak diproduksinya ASI atau sedikitnya produksi ASI yang disebabkan oleh hormone oksitosin yang kurang bekerja sebab kurangnya rangsangan isapan bayi yang mengaktifkan kerja hormone oksitosin (Asih, 2017). Bila ibu menyusui mengalami stress atau ketidaknyamanan, maka akan terjadi hambatan dari reflex let down sehingga akan menurunkan produksi ASI.

ASI yang tidak lancar diakibatkan oleh adanya kegagalan laktasi yang disebabkan oleh kurangnya makanan serta minuman pendamping. Sedangkan merujuk pada pemikiran Sri Mukhodim dkk. (2015), Merujuk pada data Kementerian Kesehatan, terdapat peningkatan besaran angka pemberian ASI yang semula hanya sebesar 29,5% di tahun 2016 menjadi 35,7% di tahun 2017. Namun, karena ASI merupakan aspek penting bagi tumbuh kembang anak, besaran kenaikan angka pemberian ASI tersebut masih terbilang sebagai cakupan yang rendah. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan yang dikeluarkan oleh WHO dan dikutip oleh Puput (2019) yang berisi penjabaran bahwa target minimal dari upaya pemberian ASI di Indonesia adalah sebesar 50%, sehingga angka 35,7% di tahun 2017 tersebut masih jauh di bawah angka minimal target.

Menurut data WHO (2016), cakupan ketidاكلancaran ASI di seluruh dunia sekitar 36%, sedangkan di Indonesia persentase bayi mendapat ASI sebanyak 29,5 %, Jawa Barat 42,7%, Kabupaten Bekasi 71,53% (Kemkes RI, 2017).

Budaya menyusui pada bayi di Indonesia merupakan sesuatu hal yang penting bagi ibu yang memiliki bayi. Akan tetapi, praktek dalam pemberian Air Susu Ibu (ASI) belum mencapai target yang diharapkan. Di Indonesia, nilai ketidاكلancaran ASI termasuk tinggi, jika dibandingkan dengan beberapa negara ASEAN. Human

Development Report (2016) merilis data ketidاكلancaran ASI di Indonesia mencapai 31/1.000 angka kelahiran. Nilai tersebut, lebih tinggi sebanyak 2,4 kali dibandingkan Thailand dan lebih tinggi sebanyak 1,2 kali dibandingkan Filipina. Bahkan ketidاكلancaran ASI di Indonesia tersebut, lebih tinggi 5,2 kali jika dibandingkan dengan Malaysia (Aulia dan Budi, 2017).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2016), presentase ketidاكلancaran ASI di Indonesia sebesar 54.3%. Kendala pemberian ASI diantaranya karena ASI tidak keluar atau jumlah ASI sedikit.

Di Indonesia terdapat 31,36% dari 37.94% anak sakit dikarenakan tidak menerima ASI . Pemberian ASI sangat berpengaruh pada kesehatan yang akan datang, dampak dari anak ketika tidak diberikan ASI eksklusif yaitu dapat mengalami stunting, obesitas dan penyakit kronis lainnya. Kementerian Kesehatan RI, (2017). Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat (2017)

Presentase ketidاكلancaran ASI pada tahun 2018 di Provinsi Jawa Tengah sebesar 65,57%, sedangkan di Kabupaten Banjarnegara adalah sebesar 62.0% (Profil Kesehatan Jawa Tengah, 2018). Target pencapaian ASI yang masih belum dapat dicapai secara optimal disebabkan oleh beberapa hal diantaranya adalah gangguan atau ketidاكلancaran pengeluaran ASI. Ketidاكلancaran dalam pengeluaran ASI itu sendiri dapat disebabkan oleh beberapa faktor baik faktor fisik maupun psikologis.

Cakupan pemberian ASI di Dinas Kesehatan Kota Bekasi (2019) sebanyak 8.271 bayi dengan rata-rata 31.4% dari jumlah keseluruhan yaitu 26.3/2 bayi Jumlah keseluruhan bayi yang didapat terdiri dari 42 Puskesmas yang berada di kota Bekasi. Wilayah kerja Puskesmas Bekasi terdiri dari 1 (satu) kelurahan dan 26 rukun warga (RW) yang memiliki jumlah bayi sebanyak 578 bayi sedangkan yang mendapatkan ASI eksklusif hanya 122 bayi (21.1%). cakupan tersebut masih jauh dari capaian ASI eksklusif di Kota Bekasi sebesar 75% dan target nasional sebesar 80% (Puskesmas Bekasi, 2019)

Kendala dalam memberikan ASI secara dini biasanya disebabkan karena minimnya ASI yang keluar pada hari-hari pertama setelah melahirkan. Hal ini biasanya disebabkan karena rasa cemas dan takut yang dialami ibu terhadap kurangnya produksi ASI serta minimnya pengetahuan ibu tentang proses

menyusui (Lilis, 2016). Rasa cemas dan takut itulah yang dapat menyebabkan penurunan hormon oksitosin, sehingga setelah melahirkan ASI mengalami keterlambatan dan menjadikan ibu memberikan susu formula pada bayinya (Putri, 2016).

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, factor pertumbuhan, anti alergi, antibodi serta anti inflamasi yang dapat mencegah terjadinya infeksi pada bayi (Ulfa, 2018).

Salah satu cara untuk menstimulasi refleks oksitosin dapat juga dilakukan dengan memijat punggung ibu untuk mengurangi ketidaknyamanan akibat pembengkakan atau untuk membuat ibu menjadi rileks ketika ibu mengalami kesulitan untuk mengeluarkan ASI. Massage punggung adalah sebuah teknik akupresur yang telah direkomendasikan oleh pemimpin La Leche League International (LLL) selama bertahun-tahun. Cara yang dilakukan adalah ibu duduk di kursi dan seseorang berdiri di belakang leher lalu menggosok dengan buku-buku jari tangan dari pangkal leher ibu ke bagian bawah tulang belikatnya di kedua sisi tulang punggungnya (Riordan, 2017). Punggung atas adalah titik akupresur digunakan untuk memperlancar proses laktasi. Saraf yang mempersarafi payudara berasal dari tulang belakang bagian atas, antara tulang belikat. Daerah ini adalah daerah dimana perempuan sering mengalami ketegangan otot. Memijat punggung atas dapat merilekskan bahu dan menstimulasi refleks let-down.

Selain massage punggung, ASI tidak lancar dapat diatasi dengan kompres hangat payudara. Kompres hangat payudara selama pemberian ASI akan dapat meningkatkan aliran ASI dari kelenjar-kelenjar penghasil ASI. Manfaat lain dari kompres hangat payudara antara lain; stimulasi refleks let down; mencegah bendungan pada payudara yang bisa menyebabkan payudara bengkak; memperlancar peredaran darah pada daerah payudara (Saryono & Roischa, 2019).

Pijat oksitosin ini merupakan solusi yang baik untuk mengarasi ketidaklancaran pada 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. Pijatan ini berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun otomatis keluar. Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks let down. Dengan dilakukannya pemijatan ini ibu akan merasa rileks, kelelahan setelah melahirkan akan hilang, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar (Mardiyaningsih 2017). Selain itu untuk merangsang reflek let down manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak (engorgement), mengurangi terjadinya sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, memertahankan produksi ASI saat ibu dan bayi sakit (Depkes RI 2017). Penelitian yang dilakukan Jahriani (2019) mengatakan usaha untuk merangsang hormone prolactin dan hormone oksitosin pada ibu setelah melahirkan selain dengan memompa ASI dapat dilakukan juga pijat laktasi. Pijat oksitosin adalah salah satu metode perawatan payudara tanpa rasa sakit yang dapat menstimulasi kekuatan otot payudara untuk meningkatkan produksi ASI. ASI yang diproduksi oleh kelenjar payudara berbeda berdasarkan faktor – faktor yang mempengaruhinya. Produksi ASI yang akan dihasilkan ibu pada kelenjar payudara tidak sama setiap waktunya, apabila penghisapan puting susu cukup adekuat, maka akan menghasilkan 10-100 ml ASI (Wulandari, 2019).

Menurut Fikawati, dkk (2018) menyebutkan bahwa 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. Menurut Lowdermik, Perry & Bobak (2018), 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.

Pijat oksitosin adalah pijat ASI yang sering dilakukan dalam rangka meningkatkan ketidاكلancaran produksi ASI. Pijat oksitosin, bisa dibantu pijat oleh ayah atau keluarga bayi. Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau reflex let down. Selain berguna untuk merangsang reflex let down, manfaat pijat oksitosin yang lainnya yaitu mengurangi bengkak (engorgement), merangsang pelepasan hormon oksitosin, memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi sumbatan ASI, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Rahayu, 2016).

Pijat oksitosin sangat bermanfaat dalam merangsang pelepasan hormon oksitosin yang dimulai saat bayi menghisap pada puting susu dan areola, rangsangan ditransmisikan ke sistem saraf pusat Hipotalamus, kemudian dilanjutkan ke hipofisis posterior untuk melepaskan hormon oksitosin, selanjutnya hormon ini akan masuk ke dalam darah dan menyebabkan kontraksi sel myopitel yang mengelilingi alveoli mamma dan duktus laktiferus sehingga keluar ASI dari literatur dan jurnal di atas dapat dilihat bahwa pijatan oksitosin memiliki pengaruh yang signifikan untuk meningkatkan produksi ASI, namun masih dibutuhkan review atau pembahasan mendalam mengenai jurnal dan literatur yang meneliti tentang pengaruh pijatan oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan wawancara kepada Ibu menyusui yang dilakukan peneliti di PMB Pancoranmas 2022, didapatkan data jumlah pasien ibu menyusui berjumlah 30 pasien. Pelaksanaan pijat oksitosin dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI dan memberikan kenyamanan pada ibu menyusui. Studi pendahuluan yang dilakukan di PMB Pancoranmas belum ada penelitian yang melakukan mengenai Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu menyusui, Didapatkan dari petugas pelayanan mengatakan bahwa sekitar 50% ibu mengeluh bahwa produksi ASI yang kurang lancar, mengingat persentase pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih rendah, sehingga peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana pemahaman ibu menyusui di PMB Pancoranmas tentang pijat oksitosin. Oleh karena itu berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh pijat

oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui".

Metode

Desain penelitian adalah sesuatu yang vital dalam penelitian yang memungkinkan, memaksimalkan suatu kontrol beberapa faktor yang bisa mempengaruhi validity suatu hasil (Nursalam, 2017). Jenis desain quasi eksperimen pada penelitian ini mengambil jenis rancangan "one grup pretest-posttest" dimana kelompok eksperimen diberikan pretest sebelum diberikan perlakuan yang kemudian diukur dengan posttest setelah perlakuan (Notoatmojo, 2017).

Desain penelitian one grup pretest – posttest desain:

Pretest O ₁	Treatment	Posttest O ₂
---------------------------	-----------	----------------------------

Pretest O ₁	Treatment	Posttest O ₂
---------------------------	-----------	----------------------------

Keterangan :

- O1 : Pretest sebelum dilakukan intervensi
 X : Intervensi atau perlakuan pijat oksitosin
 O2 : Posttest sesudah diberikan intervensi

Desain ini merupakan one grup pretest dan posttest yaitu dengan memberikan pretest (O1) kepada responden sebelum diberikan intervensi pijat oksitosin untuk mengetahui kelancaran ASI yang belum keluar oleh ibu menyusui selanjutnya diberikan intervensi (X) berupa pijat oksitosin kemudian dilakukan posttest (O2) pada responden untuk mengetahui kelancaran ASI

Hasil dan Pembahasan

Pada bab ini akan diuraikan hasil penelitian yang dilaksanakan di PMB A. Hermayani Bekasi dimulai pada Bulan Agustus 2022 dengan responden 30 ibu Menyusui. Hasil penelitian tentang Pengaruh Pijat Oksitosin Pada Ibu Menyusui Terhadap Kelancaran ASI di PMB A. Hermayani Bekasi Tahun 2022 dengan sampel yang diambil sebagai responden penelitian berjumlah 30 orang. Pre-test dilakukan sebelum intervensi dan post-test dilakukan setelah intervensi.

Peneliti ini menggunakan alat berupa lembar observasi dan kuesioner untuk mengumpulkan data umum dan data khusus tentang pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui. Hasil penelitian disajikan dalam dua bagian yaitu data umum dan data khusus. Data umum dimuat karakteristik usia, pendidikan terakhir, pekerjaan, melakukan perawatan payudara. Sedangkan data khusus terdiri dari kelancaran ASI sebelum dan sesudah diberikan pijat oksitosin serta tabel perbedaan yang menggambarkan pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI di PMB A.Hermayani Bekasi.

1. Data Umum

Data umum responden dalam penelitian ini meliputi usia, pekerjaan, pendidikan terakhir, perawatan payudara, Hasil ulasan deskriptif data umum berupa tabel adalah sebagai berikut:

a. Karakteristik responden berdasarkan usia

Karakteristik usia akan menjelaskan tentang usia responden. Hasil ulasan karakteristik responden berdasarkan usia adalah sebagai berikut:

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis usia di PMB A. Hermayani Bekasi

Usia	Jumlah (Ibu)	Persentase (%)
20 – 30	17	57 %
30 -35	4	13%
>35	9	30 %
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat usia ibu menyusui yang paling besar pada usia 20-30 tahun yaitu sebesar (57%).

b. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan terakhir

Karakteristik pendidikan terakhir akan menjelaskan tentang pendidikan terakhir yang ditempuh oleh responden. Hasil ulasan karakteristik responden berdasarkan pendidikan terakhir adalah sebagai berikut :

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan terakhir ibu menyusui di PMB A. Hermayani Bekasi

Pendidikan terakhir	Jumlah (ibu)	Persentase (%)
SD	0	0
SMP	10	33 %
SMA	14	47 %
Perguruan Tinggi	6	20 %
Total	30	100%

Pekerjaan	Jumlah (Ibu)	Persentase (%)
PNS	0	0
Buruh	0	0
Pegawai swasta	6	20 %
IRT	24	80 %
Total	30	100%

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada pemberi dana penelitian atau donatur. Ucapan terima kasih dapat juga disampaikan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan penelitian.

Daftar Pustaka

- Asih, Yusari. 2017. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas. *Jurnal Keperawatan*. Vol. XIII, No.2. ISSN : 1907-035 di akses tanggal 10 Maret 2020.
- Cakrawati dan Mustika NH, Dewi. 2017. *Bahan Pangan, Gizi, Dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Cunningham, F.Gary, et al. 2015. *Obstetri Williams*. Jakarta : EGC
- Fikawati, Sandra Dan Syafiq, Ahmad. 2017. "Status Gizi Ibu Dan Persepsi Ketidacukupan Air Susu Ibu".
- Heryani, Reni. 2017. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Ibu Nifas dan Menyusui*. Jakarta : Trans Info Media
- Human Development Report. 2016. *The Real Wealth Of Nations : Pathways to Human Development – 20th Anniversary Edition*, 1-227. Retrieved From www.undp.org.

- KEMENKES RI. Profil Kesehatan Indonesia 2016. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2016.
- Maryunani A. 2017. Inisiasi Menyusui Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi. Jakarta: Trans Info Media.
- Maritalia, D. (2017). Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas. (S. Riyadi, Ed.). Yogyakarta: Gosyen Publishing
- Notoatmodjo. (2015). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka cipta
- Nursalam. (2020). Sosialisasi Panduan Penyusunan Skripsi Bentuk Literature Review dan Systematic Review. Dalam Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga, 16 Mei 2020. Surabaya.
- Pollard, M. 2016. Asi Asuhan Berbasis Bukti. EGC. Jakarta.
- Sri Rahayu. 2015. Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana. Jakarta: EGC.
- Rahayu, A. P. (2016). Panduan Praktikum Keperawatan Maternitas (1st ed.). Yogyakarta: Deepublish.
- Roesli, Utami. (2016). Mengenal ASI Eksklusif. Jakarta: Niaga Swadaya.
- Sari, I. R. 2017, Penerapan Pijat Oksitosin Pada Pasien Post Partum Normal Di Wilayah Puskesmas Sambiroto Kedung Mundu Semarang, diakses pada tanggal 15 Januari.2018,<http://repository.unimus.ac.id>.
- Simarmata, J & Limbong, T. 2020. Media dan Multimedia Pembelajaran: Teori & Praktik. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Supardi, Sudibyo dan Rustika. 2017. Buku Ajar Metodologi Riset Keperawatan. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Umy Naziroh. 2017. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Primipara. http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/42/1/Skripsi_Umy.pdf
- Varney.2008. Buku Ajar Asuhan Kebidanan. Jakarta : EGC
- Walyani, E. S. (2017). Asuhan Kebidanan pada Kehamilan. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Walyani dan Purwoastuti. 2017. Ilmu Obstetri & Ginekologi Sosial Untuk Kebidanan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- World Health Organization (WHO). 2018. Exclusife Breastfeeding. [online]. Tersedia:http://www.who.int/nutrition/topics/exclusife_breastfeeding/en/. [4 Februari 2018].