

Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Produksi ASI pada Ibu Postpartum di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung Tengah

^{1*} Naning Sudiar, ¹Dita Kristiana

¹ Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

*Penulis korespondensi, email: nanings316@gmail.com

(Received: 26 February 2023/Accepted: 1 January 2024/Published: 30 January 2024)

Abstrak

Cakupan pemberian ASI Eksklusif pada bayi 0-6 bulan di provinsi Lampung sebesar 70,1%. Cakupan di kabupaten Lampung Tengah sebesar 65,2% dari target pencapaian sebesar 80%. Salah satu faktor yang mempengaruhi kegagalan pemberian ASI Eksklusif yaitu ketidاكلancaran produksi ASI setelah melahirkan. Teknik pijat oksitosin adalah salah satu upaya untuk mengatasi ketidاكلancaran produksi ASI. Untuk mengetahui Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung. Jenis penelitian kuantitatif, rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah Quasi Experiment dengan pendekatan one group pre test and post test design. Populasi pada penelitian ini adalah semua ibu postpartum di PMB Bidan Eka Rini Desa Sinar Sari Kecamatan Kalirejo Kabupaten Lampung Tengah yang terhitung sejak bulan Juli 2022 yang berjumlah 12 responden. Dalam penelitian ini Teknik sampling yang digunakan yaitu total sampling. Berdasarkan uji statistik, didapatkan p-value 0,013 atau p-value < 0,05 yang artinya terdapat Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung. Ada Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Ibu post partum. Sebaiknya melakukan pijat oksitosin rutin selama masa nifas untuk membantu memperlancar ASI, dan asupan gizi dan faktor-faktor penunjang produksi ASI juga harus tetap di jaga agar pengeluaran ASI dapat selalu lancar dan tidak menghambat pemberian ASI pada bayi.

Kata Kunci: Pijat Oksitosin, Pengeluaran Produksi ASI

Abstract

The coverage of exclusive breastfeeding in infants 0-6 months in Lampung province was 70.1%. Coverage in Central Lampung district was 65.2% of the achievement target of 80%. One of the factors that influenced the failure of exclusive breastfeeding was the delay in milk production after delivery. The oxytocin massage technique is one of the efforts to overcome the uneven production of breast milk. To find out the Effect of Oxytocin Massage on the Expenditure of Breast Milk Production in Post-Partum Mothers at Eka Rini Maternal Clinic, Kalirejo District, Lampung. This study applied quantitative research, and the design used in this research was a Quasi Experiment with one group pre-test and post-test design approach. The population in this study were all postpartum mothers at Eka Rini Maternal Clinic, Sinar Sari Village, Kalirejo District, Central Lampung Regency, as of July 2022, totalling 12 respondents. In this study the sampling technique used total sampling. Based on statistical tests, a p-value of 0.013 was obtained or a p-value <0.05, which means that there is an effect of oxytocin massage on breast milk production in postpartum mothers at Eka Rini Maternal Clinic, Kalirejo District, Lampung. There was an effect of oxytocin massage on the production of breast milk production in postpartum mothers. It is better to do regular oxytocin massages during the postpartum period to help facilitate breastfeeding, and nutritional intake and factors supporting breast milk production must also be maintained so that breast milk production can always be smooth and not hinder breastfeeding to the baby.

Keywords : Oxytocin Massage, Breast Milk Production Expenditures

1. Pendahuluan

Dalam rangka menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi, *World Health Organization* (WHO) dan UNICEF, cakupan ASI eksklusif pada bayi di bawah 6 bulan adalah 41% dan ditargetkan mencapai 70% pada tahun 2030 (2018 dalam *Global Breastfeeding Scorecard*, 2018). Standar pertumbuhan anak yang diterapkan diseluruh dunia menurut WHO yaitu menekankan pemberian ASI sejak lahir sampai usia 6 bulan. Pemberian Air Susu (ASI) pada bayi usia 0-1 tahun mempunyai arti sangat penting, terutama menyangkut pemenuhan kebutuhan zat gizi dan zat lain pembentuk kekebalan tubuh terhadap penyakit. Pemberian ASI secara eksklusif di usia 0-6 bulan dipandang sangat strategis, karena pada usia tersebut kondisi bayi masih sangat labil dan rentan terhadap berbagai penyakit (Sugiyono, 2021).

Upaya untuk mendukung peningkatan pemberian ASI Eksklusif dapat dilihat dari telah dikeluarkannya berbagai pengakuan atau kesepakatan baik yang bersifat global maupun nasional yang bertujuan melindungi, mempromosikan, dan mendukung pemberian ASI. Dengan demikian, diharapkan setiap ibu di seluruh dunia dapat melaksanakan pemberian ASI dan setiap bayi diseluruh dunia memperoleh haknya mendapat ASI. Sesuai dengan tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs) ke-3 target ke-2 yaitu pada tahun 2030, mengakhiri kematian bayi dan balita yang dapat dicegah dengan seluruh negara berusaha menurunkan Angka Kematian Neonatal setidaknya hingga 12 per 1.000 Kelahiran Hidup. Menurut data SKDI (Survei Kesehatan dan Demografi Indonesia) tahun 2020-2021 cakupan ASI eksklusif di Indonesia pada bayi usia 4-5 bulan sebesar 14%, lebih rendah dibandingkan dengan target cakupan ASI eksklusif di Indonesia sebesar 80%. Secara nasional, cakupan ASI di Indonesia tahun 2020 cakupan bayi mendapat ASI eksklusif sebesar 66,1%. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2019 yaitu 44%. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Nusa Tenggara Barat (87,3%), sedangkan persentase terendah terdapat pada Papua (34,0%) (Dinkes, 2019).

Berbagai kendala yang menyebabkan kegagalan/kurangnya dalam pemberian ASI eksklusif diantaranya ibu bekerja, pengetahuan ibu, budaya di masyarakat dan kurang informatifnya petugas kesehatan dalam mempromosikan ASI, hal ini akan berdampak dengan adanya > 40% bayi mempunyai status gizi kurang. Status gizi kurang/buruk pada bayi merupakan salah satu bukti nyata yang menunjukkan bahwasanya cakupan pemberian ASI yang sangat rendah (Prasetyono Sunar, 2019).

Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. 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 melakukan pijatan pada tulang belakang ibu bayi akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun keluar. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang *hormon prolaktin* dan *oksisosin* setelah melahirkan. Pijatan ini berfungsi untuk meningkatkan *hormon oksitosin* yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun otomatis keluar. Namun terdapat hal-hal yang mempengaruhi oksitosin antara lain takut bentuk payudara berubah dan takut gemuk, ibu bekerja, ibu merasa atau takut ASI nya tidak cukup, ibu merasa kesakitan, terutama saat menyusui, ibu merasa sedih, cemas, marah, kesal, bingung, malu menyusui dan kurangnya dukungan suami (Utami, 2013). Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran produksi ASI pada ibu *postpartum* di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung.

2. Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi Experiment* dengan pendekatan *one group pre test and post test design*. Populasi pada penelitian ini adalah semua ibu *postpartum* di PMB Bidan Eka Rini Desa Sinar Sari Kecamatan Kalirejo Kabupaten Lampung Tengah yang terhitung bulan Juli 2022 yang berjumlah 12 responden. Teknik *sampling* yang digunakan yaitu *total sampling*. Instrumen penelitian adalah SOP teknik pijat oksitosin untuk melakukan teknik pijat oksitosin sedangkan pengukuran pengeluaran ASI dengan lembar observasi. Analisis Dalam penelitian ini peneliti menggunakan uji *Paired T-Test*, jika terdapat nilai *p-value* < 0,05, maka H_a diterima, begitu juga dengan sebaliknya jika *p-value* > 0,05, maka H_0 ditolak.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia Responden di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
Produktif (20-35 Tahun)	11	91,6
Tidak Produktif > 35 Tahun	1	8,4
Jumlah	12	100,0

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung, sebagian besar responden berusia produktif (20-35 tahun) yang berjumlah 11 responden (91,6%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pendidikan Responden di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SMP	4	33,3
SMA	6	50,0
D3	2	16,7
Jumlah	12	100,0

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung, sebagian besar responden berpendidikan SMA yang berjumlah 6 responden (50,0%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pekerjaan Responden di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Buruh	2	16,7
IRT	4	33,3
Wiraswasta	4	33,3
Swasta	2	16,7
Jumlah	12	100,0

Berdasarkan Tabel 3, diketahui bahwa di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung, sebagian besar responden bekerja sebagai IRT dan Wiraswasta yang masing-masing berjumlah 4 responden (33,3%).

3.1.1. Analisis Univariat

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pengeluaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Sebelum Pijat Oksitosin di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung

Pengeluaran Produksi ASI Sebelum	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	6	50,0
Cukup	6	50,0
Jumlah	12	100,0

Berdasarkan Tabel 4, diketahui bahwa di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung, sebelum diberikan pijat oksitosin, pengeluaran produksi ASI sama rata yaitu kurang dan cukup masing-masing berjumlah 6 responden (50,0%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Pengeluaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Sesudah Pijat Oksitosin di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung

Pengeluaran Produksi ASI Sesudah	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	2	16,7
Cukup	10	83,3
Jumlah	12	100,0

Berdasarkan Tabel 5, diketahui bahwa di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung, sesudah diberikan pijat oksitosin, pengeluaran produksi ASI cukup yang berjumlah 10 responden (83,3%).

3.1.2. Analisis Bivariat

Tabel 6. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung

Variabel	N	Mean	Selisih	SD	SE	P-Value
Sebelum Pijat Oksitosin	12	4,50	2,00	1,000	0,289	0,013
Sesudah Pijat Oksitosin		6,50		1,446	0,417	

Berdasarkan Tabel 6, diketahui bahwa di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung, sebelum diberikan pijat oksitosin, rata-rata pengeluaran produksi ASI adalah 4,50 dan sesudah diberikan pijat oksitosin meningkat menjadi 6,50 dengan nilai mean selisih adalah 2,00. Berdasarkan uji statistik, didapatkan p-value 0,013 atau $p\text{-value} < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran produksi ASI pada ibu postpartum di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung.

3.2. Pembahasan

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa di BPM Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung, sebagian besar responden yang berusia produktif 20-35 tahun berjumlah 11 responden (91,6%). Usia merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengeluaran ASI pada ibu. Ibu-ibu yang usianya kurang dari 35 tahun lebih banyak memproduksi ASI dibandingkan dengan ibu-ibu yang usianya lebih tua, tetapi ibu-ibu yang sangat muda, (kurang dari 20 tahun) produksi ASInya juga kurang banyak karena dilihat dari tingkat kematurannya. Pada usia produktif (20-35 tahun) maka ibu masih berpeluang untuk memberikan ASI dengan maksimal, dibandingkan dengan usia yang tidak produktif (< 20 tahun dan > 35 tahun) karena dengan usia yang tidak produktif, maka

berisiko besar payudara ibu belum bisa memproduksi ASI dengan maksimal dikarenakan pengaruh hormon oksitosin pada payudara, sedangkan pada ibu-ibu yang melahirkan lebih dari satu kali (multigravida), produksi ASI pada hari keempat setelah melahirkan lebih tinggi dibandingkan ibu yang melahirkan pertama kali. Menurut penelitian usia akan mempengaruhi kemampuan dan kesiapan diri ibu dalam melewati masa nifas dan menyusui. Usia 20-35 tahun adalah usia reproduksi sehat dan usia aman untuk kehamilan, persalinan, dan menyusui. Oleh karena itu rentang usia 20-35 tahun adalah masa reproduksi yang sangat baik dan mendukung dalam pemberian ASI eksklusif. Umur yang kurang dari 20 tahun masih dianggap belum matang secara fisik, mental, dan psikologi dalam menghadapi kehamilan, persalinan serta pemberian ASI, sedangkan untuk umur yang lebih dari 35 tahun dianggap berbahaya, sebab alat reproduksi dan fisik ibu sudah jauh berkurang dan menurun .

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa di BPM Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung, menunjukkan distribusi pendidikan responden terakhir adalah SMA sebanyak 6 responden (50.0%), pendidikan SMP sebanyak 4 responden (33,3%), dan pendidikan D3 sebanyak 2 responden (16.7%). Pendidikan adalah suatu proses yang bertujuan untuk menambah keterampilan, pengetahuan dan meningkatkan kemandirian maupun kepribadian seseorang individu. Faktor pendidikan dapat mempengaruhi kemampuan ibu menyerap pengetahuan gizi yang diperoleh secara biologi ibu adalah sumber hidup anak. Anak-anak dari ibu yang mempunyai latar belakang pendidikan lebih tinggi akan mendapat kesempatan hidup serta tumbuh lebih baik. Keterbukaan mereka untuk menerima perubahan atau hal yang baru lebih banyak mempergunakan rasio pada emosi seperti halnya ibu yang berpendidikan rendah atau mereka yang tidak berpendidikan. Faktor lain yang dapat mempengaruhi seperti kurangnya informasi mengenai ASI atau kurangnya keingintahuan ibu dalam mengakses informasi mengenai ASI baik dari tenaga kesehatan maupun media sosial. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Anggraeni, 2020) menunjukkan bahwa tingkat pendidikan tidak mempengaruhi pemberian ASI Eksklusif. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan responden dengan pemberian ASI Eksklusif.

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa di BPM Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung, menunjukkan distribusi pekerjaan responden, sebagian besar bekerja sebagai IRT dan Wiraswasta masing-masing 4 responden (33,3%), dan bekerja sebagai buruh dan swasta masing-masing 2 responden (16,7%). Tekanan ekonomi menyebabkan banyak ibu-ibu yang bekerja di luar rumah, sehingga pemberian ASI eksklusif sering diabaikan, meskipun sebenarnya bekerja bukanlah alasan untuk tidak memberikan ASI eksklusif karena waktu ibu bekerja bayi dapat diberi ASI perah yang diperoleh sebelumnya dari ASI itu sendiri. Menurut Warsini (2015) menyatakan bahwa ibu yang bekerja sebagai IRT memiliki keberhasilan dalam memproduksi ASI atau memberikan ASI eksklusif dibandingkan dengan ibu yang bekerja diluar rumah. Hal ini disebabkan karena meskipun mereka habis melahirkan dan masih harus menyusui anaknya tetapi mereka harus bekerja setelah cuti melahirkan selesai, sehingga waktu yang dimiliki untuk merawat bayi dan frekuensi menyusui akan berkurang. Frekuensi menyusui akan mempengaruhi produksi ASI. Semakin sering seorang ibu menyusui maka akan mempengaruhi hormon yang akan memperbanyak produksi ASI. Menurut peneliti, ibu yang bekerja pengeluaran ASI kurang lancar. Disebabkan ibu yang bekerja jauh dari anak dan jarang untuk menyusui, maka produksi ASI ibu juga akan berkurang. Hal ini sesuai dengan Utami (2013) menyatakan bahwa bekerja bukan alasan untuk menghentikan pemberian ASI secara eksklusif, meskipun cuti melahirkan hanya 3 bulan. Dengan pengetahuan yang benar tentang menyusui, perlengkapan pemerah ASI seorang ibu yang bekerja dapat tetap memberikan ASI eksklusif. Walaupun pada saat pengambilan data responden belum kembali bekerja akan tetapi ada kemungkinan bahwa ibu yang bekerja yang tidak mempunyai pengetahuan yang cukup tentang menyusui merasa khawatir atau cemas dengan produksi ASI nya. Padahal kondisi psikologis ibu sangat mempengaruhi produksi ASI. Naziroh (2017) menyatakan bahwa Ibu yang bekerja merupakan salah satu kendala yang menghambat pemberian ASI eksklusif. Produksi ASI ibu bekerja memang akan berkurang, hal ini karena tanpa disadari ibu pengeluaran ASI stress akibat berada jauh dari sang buah hati.

3.2.1. Analisis Univariat

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung, sebelum diberikan pijat oksitosin, pengeluaran produksi ASI sama rata yaitu kurang dan cukup masing-masing berjumlah 6 responden (50,0%). Menurut peneliti, ibu yang bekerja pengeluaran ASI kurang lancar. Disebabkan ibu yang bekerja jauh dari anak dan jarang untuk menyusui, maka produksi ASI ibu juga akan berkurang. Naziroh (2017) menyatakan bahwa Ibu yang bekerja merupakan salah satu kendala yang menghambat pemberian ASI eksklusif. Produksi ASI ibu bekerja memang akan berkurang, hal ini karena tanpa disadari ibu pengeluaran ASI stress akibat berada jauh dari sang buah hati. Menurut teori Lestari (2018), yang mengatakan pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin dilakukan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang costae kelima – keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan, dimana ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya sehingga dengan begitu hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu sehingga ASI pun cepat keluar. Tindakan pijat oksitosin ini memberikan sensasi rileks pada ibu dan melancarkan aliran saraf serta saluran ASI kedua payudara lancar. Pijat oksitosin bermanfaat meningkatkan relaksasi dan tingkat kenyamanan ibu, sehingga memicu produksi hormon oksitosin dan mempengaruhi pengeluaran ASI. Efek pijat oksitosin adalah sel kelenjar payudara mensekresi ASI sehingga bayi mendapatkan ASI sesuai dengan kebutuhan dan berat badan bayi bertambah (Hamidah & Fitriana, 2017). Berdasarkan analisis peneliti berpendapat bahwa pijatan oksitosin merupakan salah satu alternatif untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI terutama pada ibu yang tidak lancar ASInya pada hari – hari pertama setelah melahirkan, karena pijatan oksitosin ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks *let down* sehingga mensekresi hormon oksitosin ke dalam darah. Ibu merasa nyaman dan produksi ASI pun meningkat.

Berdasarkan Tabel 5 diketahui bahwa di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung, sesudah diberikan pijat oksitosin, pengeluaran produksi ASI cukup yang berjumlah 10 responden (83,3%). Menurut peneliti kelancaran ASI yang dialami ibu di PMB Eka Rini Desa Sinar sari Kecamatan Kalirejo Kabupaten Lampung Tengah setelah dilakukan pijat oksitosin pengeluaran ASI lancar. Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. 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. Menurut Yiyin (2017), Pijat merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang cratae kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijatan ini berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun otomatis keluar menunjukkan bahwa pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI Pijat oksitosin bila dilakukan kapan pun ibu mau dengan durasi 3-5 menit. lebih disarankan dilakukan sebelum menyusui. Dengan diberikan intervensi pijatan di daerah tulang belakang akan merelaksasi ketegangan dan menghilangkan stres dan akan mengeluarkan hormon oksitosin yang akan membantu pengeluaran air susu ibu. Kolostrum yang akan keluar merupakan tanda aktifnya refleks oksitosin, sehingga ibu yang akan di lakukan pijat oksitosin memiliki produksi ASI yang lebih cepat dibanding ibu yang tidak dilakukan pijat oksitosin. Selain melakukan pijat oksitosin pada ibu *postpartum* terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kelancaran ASI seperti makanan dan gizi ibu saat menyusui, kondisi psikis, faktor istirahat, faktor isapan anak, dan makanan yang mengandung gizi yang diperlukan akan dapat mempengaruhi produksi ASI, karena kelenjar pembuat ASI tidak dapat bekerja dengan sempurna tanpa makanan yang cukup (Pritasari et al., 2017). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mera Delima (2016) menunjukkan bahwa pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI.

Pijat merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau *reflex let down*. Selain untuk merangsang refleks *let down* manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas, maka menurut peneliti sebagian besar responden sebelum pijat oksitosin tanda kecukupan ASI pada bayi sangat kurang, namun sesudah dilakukan pijat oksitosin maka tanda kecukupan ASI bertambah, hal ini dikarenakan pijatan atau rangsangan pada tulang belakang, *neurotransmitter* akan merangsang *medulla oblongata* langsung mengirim pesan ke *hypothalamus* di *hipofise posterior* untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Pijatan di daerah tulang belakang ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan begitu hormon oksitosin keluar dan akan membantu kelancaran air susu ibu, dibantu dengan isapan bayi pada puting susu pada saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal.

3.2.2. Analisis Bivariat

Berdasarkan Tabel 6 diketahui bahwa di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung, sebelum diberikan pijat oksitosin, rata-rata pengeluaran produksi ASI adalah 4,50 dan sesudah diberikan pijat oksitosin meningkat menjadi 6,50 dengan nilai *mean* selisih adalah 2,00. Berdasarkan uji statistik, didapatkan *p-value* 0,013 atau *p-value* < 0,05 yang artinya terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran produksi ASI pada ibu *postpartum* di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada daerah tulang belakang leher, punggung atau sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima sampai keenam. Pijat oksitosin adalah tindakan yang dilakukan oleh suami pada ibu menyusui yang berupa *back massage* pada punggung ibu untuk meningkatkan kelancaran hormon oksitosin (Rahayu, 2016). Salah satu tujuan perawatan payudara bagi ibu menyusui setelah melahirkan yakni agar dapat memberikan ASI secara maksimal pada buah hatinya. Salah satu hormon yang berperan dalam produksi ASI adalah hormon oksitosin. Saat terjadi stimulasi hormon oksitosin, sel-sel alveoli di kelenjar payudara berkontraksi, dengan adanya kontraksi menyebabkan air susu keluar lalu mengalir dalam saluran kecil payudara sehingga keluarlah tetesan air susu dari puting dan masuk ke mulut bayi, proses keluarnya air susu disebut dengan refleks *let down* (Rahayu, 2016). Peneliti berasumsi pada saat melakukan pijat oksitosin pada ibu *postpartum*, ibu merasa lebih nyaman dan rileks sehingga hal itulah yang menyebabkan peningkatan hormon oksitosin yang berfungsi untuk memperlancar pengeluaran ASI. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Kabupaten Lampung Tengah, sehingga disarankan kepada ibu post partum untuk melakukan pijat oksitosin untuk memperlancar ASI dan dibantu oleh isapan bayi. Menurut penelitian Imroatul Azizah pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu *postpartum* di BPM Pipin Heriyanti Yogyakarta tahun 2016, menyebutkan bahwa hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap volume ASI. Hal ini sesuai dengan teori tentang pijat oksitosin yang merupakan pemijatan tulang belakang pada nervus interkostalis ke 5-6 sampai ke *scapula* yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis untuk merangsang *hipofise posterior* mengeluarkan oksitosin. Menurut peneliti, Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran produksi ASI dengan nilai selisih antara sebelum dan sesudah pijat oksitosin yaitu rata-rata 2,00, Hal tersebut dikarenakan pertama 95% responden berada dalam usia produktif (20-35 tahun) yang artinya responden lebih aktif dalam mencari informasi kesehatan terutama tentang kebutuhan ASI pada bayi dan responden sudah melahirkan atau mempunyai anak sebelumnya sehingga responden lebih paham melakukan peran dan tugasnya sebagai ibu dalam memberikan ASI pada bayi dan memahami kebutuhan bayi tentang ASI. Kedua 65% responden berpendidikan tinggi (SMA-Perguruan Tinggi) sehingga responden lebih paham akan informasi kesehatan tentang pentingnya pemberian ASI pada bayi.

4. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas, maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: 1) Berdasarkan hasil penelitian ketahui karakteristik responden yaitu di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung, yaitu berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan. Diketahui sebagian besar responden berusia produktif (20-35 tahun) yang berjumlah 11 responden (91,6%), berpendidikan SMA yang berjumlah 6 responden (50,0%) serta bekerja sebagai ibu IRT dan Wiraswasta yang masing-masing berjumlah 4 responden (33,3%); 2) Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung, sebelum diberikan pijat oksitosin, pengeluaran produksi ASI sama rata yaitu kurang dan cukup masing-masing berjumlah 6 responden (50,0%); 3) Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung, sesudah diberikan pijat oksitosin, pengeluaran produksi ASI cukup yang berjumlah 10 responden (83,3%); 4) Berdasarkan hasil penelitian uji statistik, didapatkan hasil signifikan yaitu p -value 0,013 atau p -value $< 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran produksi ASI pada ibu *postpartum* di PMB Eka Rini Kecamatan Kalirejo Lampung.

5. Persantunan

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada LPMPP Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah mendanai penelitian ini, dan berbagai pihak yang telah banyak membantu dalam proses penelitian.

6. Referensi

- Alwi, I. (2015). Kriteria Empirik dalam Menentukan Ukuran Sampel Pada Pengujian Hipotesis Statistika dan Analisis Butir. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 2(2), 140–148. <https://doi.org/10.30998/formatif.v2i2.95>
- Anggraeni, L. (2020). PENGARUH WOOLWICH MASSAGE TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA IBU POST PARTUM DI RSUD SEKAYU TAHUN 2020. In *Nature Human Behaviour* (Vol. 4, Issue 5). <https://doi.org/10.1038/s41562-020-0884-z>
- Aprilia, D., & Krisnawati, A. M. (2017). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 6(1), 1–7. <http://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/Keb/article/view/199>
- Aprina. (2015). *riset keperawatan.Lampung. pendidikan Diklat Lampung*.
- Azizah, I., Yulinda, D. (2017). *Postpartum di BPM Pipin Heriyanti Yogyakarta*. 6(1), 71–75.
- Delima, M., Arni, G., & Rosya, E. (2016). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui Di Puskesmas Plus Mandiangin. *Jurnal Ipteks Terapan*, 9(4), 283–293. <https://doi.org/10.22216/jit.2015.v9i4.1238>
- Dinas Kesehatan, L. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2019. *Pemerintah Provinsi Lampung Dinkes*, 44, 136.
- Dinkes. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2019. *Pemerintah Provinsi Lampung Dinkes*, 2020(44), 136.
- Endang Sulaeman. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif dan Campuran*. PT Alfabet.
- Hamidah, H. H., & Fitriana, S. F. (2017). Hipnobreastfeeding Dan Pijat Oksitosin Berpengaruh Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 5(1), 35–42. <https://doi.org/10.32668/jitek.v5i1.61>
- Lestari, L., Widyawati, M. N., & Admini, A. (2018). Peningkatan Pengeluaran Asi Dengan Kombinasi Pijat Oksitosin Dan Teknik Marmet Pada Ibu Post Partum (Literatur Review). *Jurnal Kebidanan*, 8(2), 120. <https://doi.org/10.31983/jkb.v8i2.3741>
- Monika, F. B. (2014). *Buku pintar ASI dan menyusui*. Jakarta: Noura Books. PT Mizan Publika.

- Natalia, I. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Sectio Caesarea Di Rsu Sembiring Delitua. *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, 2(1), 45–48. <https://doi.org/10.36656/jpk2r.v2i1.205>
- Naziroh, U. (2017). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Primipara. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Primipara*, 135, 989–1011. <https://doi.org/10.1016/j.addr.2018.07.012><http://www.capsulae.com/media/Microencapsulation-Capsulae.pdf><https://doi.org/10.1016/j.jaerosci.2019.05.001>
- Nina, M. S. (2013). ASI Panduan Ibu menyusui. In *Yogyakarta: Nuha Medika*. Nuha Medika.
- Notoatmodjo. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT. Rineka Cipta.
- Prasetyono Sunar. (2019). *Buku pintar ASI Eksklusif*.
- Pritasari, Damayanti, D., & Lestari, Nugraheni tri. (2017). *Gizi Dalam Daur Kehidupan Final*. Refika Aditama. <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/11/GIZI-DALAM-DAUR-KEHIDUPAN-FINAL-SC.pdf>
- Rahayu, A. P. (2016). *Panduan Praktikum Keperawatan Maternitas*. Deepublisher. https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=OwaKDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR5&dq=maternitas+menyusui+ibu+post+partum&ots=sBaAk5gNUm&sig=p_sg-KvDuXFqGwZeztH-drT8ZyU
- Rahayuningsih, T., Mudigdo, A., & Murti, B. (2016). Effect of Breast Care and Oxytocin Massage on Breast Milk Production: A study in Sukoharjo Provincial Hospital. *Journal of Maternal and Child Health*, 01(02), 101–109. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2016.01.02.05>
- Riskesdas. (2018). *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. 44(8), 1689–1699. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Safitri, L. N. (2015). Pengaruh Pijat Oksitoksin Terhadap Tanda Kecukupan ASI Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Ngoresan. *Perpustakaan UNS*, 32.
- Sugiyono, inta suci. (2021). *Meningkatkan Produksi ASI Dengan Metode Hypnobreastfeeding Ny.M PIA0 di PMB Siti Rusmiati, Kecamatan Tanjung Sari, Lampung Selatan 2021*. 11, 7–9. <https://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/165/>
- Sulistyaningsih. (2016). *Metodologi Penelitian Kebidanan: Kuantitatif-Kualitatif*. Graha Ilmu.
- Utami, R. (2013). *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Widodo, J. (2014). *Peraturan pemerintah Republik Indonesia nomor 33 tahun 2012 tentang pemberian air susu ibu eksklusif*.
- Yulia, I. (2018). Penerapan Pijat Oksitosin Ibu Menyusui Pada Masa Post Partum. In *Eprints.Poltekkesjogja.Ac.Id*. http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/2120/1/KTI_INTAN_PUJA_YULIA_PDF.pdf
- Yulizawati, D. (2019). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil*. In *Indomedia Pustaka*. Andi.
- Yuventhia. (2018). Efektifitas durasi waktu pemberian pijat oksitosin terhadap kelancaran Asi pada ibu post partum di RSUD kota Madiun. *Jurnal STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun*, 4, 8.

