

**PENGARUH OKSITOSIN TERHADAP PRODUKSI ASI**  
(Studi Di BPM Lilis Suryawati Kec. Jombang Kab. Jombang)

**Dwi Anik Karya Setiarini<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>STIKes Insan Cendekia Medika Jombang

<sup>1</sup>email: anikfian85@gmail.com

**ABSTRAK**

**Pendahuluan** Produksi ASI dapat dipengaruhi oleh kondisi psikologis ibu menyusui sehingga merasa nyaman dan ASI bisa keluar lancar. Sindrom ASI kurang merupakan masalah yang sering dihadapi oleh semua ibu menyusui. **Tujuan** dalam penelitian ini pengaruh oksitosin terhadap produksi ASI di BPM Lilis Suryawati Jombang. Penelitian yang digunakan eksperimen semu dan menggunakan rancangan *pretest and posttest without control group*. Subyeknya adalah ibu menyusui. Penelitian ini dilaksanakan di BPM Lilis Suryawati Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang pada bulan Februari – Maret 2019. Populasinya semua ibu menyusui dengan pengambilan sampel *purposive sampling*. **Hasil** uji statistik nilai p value  $p \leq 0,05$  artinya ada perbedaan antara pemijatan oksitosin terhadap produksi ASI di BPM Lilis Suryawati Jombang. **Kesimpulan** pijat oksitosin yang dilakukan pada ibu menyusui dapat merangsang hormon oksitosin untuk memperlancar produksi ASI dan memberikan rasa nyaman pada ibu. Diharapkan bidan memberikan sosialisasi tentang pentingnya pemijatan oksitosin pasca bersalin untuk meningkatkan produksi ASI selama menyusui pada calon ibu pada saat kunjungan kehamilan.

**Kata kunci: Pemijatan oksitosin, Produksi ASI**

***THE EFFECT OXYTOSIN MASSAGE ON ASI PRODUCTION***  
(Study In BPM Lilis Suryawati District.Jombnag Jombang)

**ABSTRACT**

**Introduction** Production of breast milk can be influenced by the psychological condition of nursing mothers so feel comfortable and breast milk can come out smoothly. Less breast syndrome is an issue often encountered by all breastfeeding mothers. **The purpose**, This study the effecoxytosin massage on ASI production in BPM Lilis Suryawati Jombang. This type of research is an Research used in pseudo experiments and using pretest and posttest without control group design. The subject is nursing mothers. This research was held in the BPM Lilis Suryawati Jombang District Jombang Regency in February – March 2019. The population of all lactating mothers with purposive sampling. **This research** Statistic test results of p value  $\leq 0.05$  this means there is a difference between the oxytocin massage of breast milk production in BPM Lilis Suryawati Jombang. **The results** of the massage of oxytocin performed on nursing mothers can stimulate the hormone oxytocin to facilitate the production of breast milk and provide a sense of comfort to the mother. It is hoped that midwives provide socialization about the importance of postnatal massage oxytocin to increase breast milk during breastfeeding in prospective mothers during pregnancy visit.

**Keywords: Oxytosin Massage, ASI Production**

**PENDAHULUAN**

Menyusui efektif merupakan pemberian ASI secara langsung dari payudara ke bayi

dan anak yang dapat mempengaruhi kebutuhan nutrisi pada bayi dan anak dengan gejala ibu merasa percaya diri selama proses menyusui. Kondisi psikologis ibu dapat mempengaruhi produksi ASI. Sindrom ASI kurang merupakan masalah yang sering dihadapi oleh semua ibu menyusui. Pemijatan yang mengarah pada oksitosin dapat memberikan kenyamanan ibu terutama pascabersalin.

Implementasi yang kurang memadai dapat memberikan kontribusi pada rendahnya capaian ASI eksklusif. Peraturan tentang ASI eksklusif tertuang berdasarkan UU No 36 Tahun 2009 mengenai Kesehatan dan Peraturan Pemerintah No 33 Tahun 2012 tentang peraturan yang mewajibkan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan yang didukung oleh pengadaan fasilitas laktasi diberbagai tempat. Di Indonesia dari data Kemenkes bahwa Angka kenaikan terjadi pada pemberian ASI eksklusif dari 29,5 persen tahun 2016 menjadi 35,7 % tahun 2017 dan angka tersebut menjadi sangat kecil mengingat pentingnya akan peran ASI bagi kehidupan bayi. Rendahnya tersebut terjadi karena minimnya kesadaran ibu akan pentingnya ASI untuk pertumbuhan bayi. Pemberian ASI dapat memperlambat emosional ibu dengan bayi. Berdasarkan study awal yang dilakukan pada bulan Februari tahun 2019 di BPM Lilis Suryawati Ds. Sariloyo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang dari 10 ibu, 7 ibu mengalami masalah pada saat menyusui awal takut ASI nya kurang. Produksi ASI mulai dari masa kehamilan dimana terjadi perubahan hormon untuk mempersiapkan jaringan kelenjar susu untuk produksi ASI. Pijat oksitosin dilakukan mulai dari sepanjang tulang belakang sampai tulang costae kelima-keenam untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Selanjutnya dari hisapan bayi melalui serabut syaraf akan memicu hipofise anterior untuk memerintah mengeluarkan hormon prolaktin ke dalam aliran darah sehingga akan merangsang sel kelenjar melakukan sekresi ASI untuk keluar. Dari fenomena diatas penulis tertarik untuk meneliti tentang pengaruh pemijatan

oksitosin terhadap produksi ASI di BPM Lilis Suryawati Kec. Jombang Kab. Jombang tahun 2019.

## BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Jenis penelitian eksperimen semu dengan penyusunan rancangan *pretest and posttest without control group*. Dengan populasi dalam penelitian ini adalah ibu menyusui, pengambilan sampel *purposive sampling*. Penelitian ini dilaksanakan di BPM Lilis Suryawati Kec. Jombang Kab. Jombang yang dilaksanakan pada bulan Februari – Maret 2019.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Karakteristik responden

Tabel 1 Distribusi responden berdasarkan usia

| Usia responden | Frekuensi | Presentase (%) |
|----------------|-----------|----------------|
| ≤ 30 tahun     | 11        | 61,1           |
| ≥ 30 tahun     | 7         | 38,9           |
| Total          | 18        | 100            |

Dari tabel 1 menunjukkan usia responden ≤ 30 tahun sebanyak 11 (61,1 %).

Tabel 2 : Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

| Tingkat pendidikan | Frekuensi | Presentase (%) |
|--------------------|-----------|----------------|
| Rendah             | 3         | 16,7           |
| Menengah           | 10        | 55,6           |
| Tinggi             | 5         | 27,8           |
| Total              | 18        | 100            |

Dari tabel 2 menunjukkan pendidikan responden sebanyak 10 (55,6 %) adalah menengah.

Tabel 3 : karakteristik responden berdasarkan jenis pekerjaan

| Jenis Pekerjaan | Frekuensi | Presentase (%) |
|-----------------|-----------|----------------|
| Bekerja         | 7         | 33,9           |
| Tidak bekerja   | 11        | 61,1           |
| Total           | 18        | 100            |

Dari tabel 3 diatas menunjukkan jenis pekerjaan responden yang tidak bekerja sebanyak 11 (61,1 %)

Tabel 4 : karakteristik responden berdasarkan riwayat kehamilan

| Riwayat kehamilan | Frekuensi | Presentase (%) |
|-------------------|-----------|----------------|
| Primigravida      | 8         | 44,4           |
| Multigravida      | 10        | 55,6           |
| Total             | 18        | 100            |

Dari tabel 4 menunjukkan riwayat kehamilan multigravida sebanyak 10 (55,6 %)

Tabel 5 : karakteristik responden berdasarkan paritas

| Paritas          | Frekuensi | Presentase (%) |
|------------------|-----------|----------------|
| Primipara        | 9         | 50             |
| Multipara        | 6         | 33,3           |
| Grande-multipara | 3         | 16,7           |
| Total            | 18        | 100            |

Dari tabel 5 menunjukkan bahwa tingkat paritas sebanyak 9 (50 %) primipara.

Tabel 6 : karakteristik responden berdasarkan riwayat persalinan

| Riwayat persalinan | Frekuensi | Presentase (%) |
|--------------------|-----------|----------------|
| Normal             | 11        | 61,1           |
| Sectio caesaria    | 7         | 38,9           |
| Total              | 18        | 100            |

Dari tabel 6 menunjukkan bahwa responden dengan riwayat persalinan sebanyak 11 (61,1 %) normal.

Tabel 7 : karakteristik berdasarkan BBBL

| Berat badan lahir bayi | Frekuensi | Presentase (%) |
|------------------------|-----------|----------------|
| ≤ 2500 gram            | 15        | 83,3           |
| ≥ 2500 gram            | 3         | 16,7           |
| Total                  | 18        | 100            |

Dari tabel 7 menunjukkan BBBL sebanyak 15 (83,3 %) dengan ≤ 2500 gram.

Tabel 8 : distribusi frekuensi sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin

| Kelompok intervensi | SD     | Min-max |
|---------------------|--------|---------|
| Pre                 | 5,456  | 5-25    |
| Post                | 10,855 | 5-40    |

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa produksi ASI sebelum dilakukan pemijatan dengan SD 5,456 sedangkan setelah dilakukan pemijatan dengan SD sebanyak 10,855

## 2. Keefektifan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI

Tabel 9 : berdasarkan hasil uji normalitas

| Kelompok intervensi | Skewnes | Kurtosis | Nilai |
|---------------------|---------|----------|-------|
| Pre                 | 2.311   | 1.21     | ≥ 2   |
| Post                | 1.292   | -0.82    | ≤ 2   |

Berdasarkan tabel 9 diatas menunjukkan hasil uji kenormalan bahwa sebelum dilakukan intervensi nilai p hitung menunjukkan ≥ 2 artinya tidak berdistribusi normal. Data setelah dilakukan intervensi nilai p hitung hasil uji normalisasi nilai ≥ 2 yang berdistribusi normal. Dapat disimpulkan bahwa produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan intervensi hasilnya berdistribusi tidak normal, maka dilakukan uji nonparametrik yaitu *Wilcoxon rank test*.  
Tabel 10 : distribusi sebelum dan sesudah pemijatan oksitosin pada ibu post partum di BPM Lilis Sambong Jombang.

| Produksi ASI ibu post partum |      | Sum   | Z      | P value |
|------------------------------|------|-------|--------|---------|
| Pre                          | 0.00 | 0.00  | -3.306 | 0.001   |
| Post                         | 7.50 | 105.0 |        |         |

Berdasarkan tabel 10 menunjukkan terjadi peningkatan sebelum dan sesudah dilakukan pemijatan oksitosin didapatkan nilai  $p < 0.05$ , artinya ada perbedaan produksi ASI antara sebelum dan sesudah dilakukan pemijatan oksitosin.

## PEMBAHASAN

Dari hasil uji univariat bahwa nilai  $p$  value  $\leq 0,05$  artinya ada perbedaan antara pemijatan oksitosin terhadap produksi ASI.

Menurut peneliti bahwa pijat oksitosin dapat mempercepat proses pulihnya masa nifas, memberikan stimulus yang mampu menghasilkan ASI diproduksi semakin banyak sehingga ASI dapat keluar lancar dan kebutuhan nutrisi pada bayi dapat tercukupi. Perlu diperhatikan kondisi ibu agar tidak stres dimana dapat berakibat menurunnya produksi ASI maka dari itu pentingnya dilakukan stimulus oksitosin. Pada sel saraf payudara dapat mengirimkan sinyal ke otak sehingga oksitosin dapat terlepas agar ASI keluar lancar sehingga ibu dapat menyusui dengan lancar. Hormon oksitosin dapat bereaksi pada tubuh sehingga ibu merasakan reaksi stimulus ke otak yang memicu rasa bahagia, nyaman pada saat menyusui dan dapat mengurangi rasa sakit pada ibu postpartum. Ibu merasa bahagia dan nyaman maka produksi ASI juga akan semakin lancar dengan didukung dengan semakin serinya ibu menyusui bayinya.

Menurut teori tentang pijat oksitosin dapat merangsang refleks oksitosin/let down reflex yang bermanfaat memberikan kenyamanan pada ibu, dapat mengurangi bengkak, dapat mengurangi sumbatan ASI, dapat merangsang terjadinya pelepasan hormone oksitosin, dapat mempertahankan produksi ASI saat ibu dan bayinya sakit.

Hormon oksitosin diproduksi oleh bagian belakang kelenjar hipofise dimana hormon ini dihasilkan ketika ujung saraf disekitar payudara dapat dirangsang oleh hisapan bayi. Pada posesnya oksitosin dialirkan melalui darah menuju ke payudara yang dapat merangsang terjadinya kontraksi otot di sekeliling alveoli (pabrik ASI) dan dapat memeras ASI keluar dari pabrik ke gudang ASI. Oksitosin itu sendiri dibentuk lebih cepat dibanding prolaktin yang menyebabkan ASI di payudara akan mengalir untuk dihisap oleh bayi. Maka oksitosin sudah mulai bekerja pada saat ibu menyusui bayinya. Apabila oksitosin tidak bekerja dengan baik, maka bayi akan mengalami kesulitan untuk mendapatkan ASI. Efek yang paling penting dari oksitosin adalah menyebabkan uterus berkontraksi setelah melahirkan yang dapat membantu mengurangi perdarahan pada ibu setelah melahirkan.

Menurut peneliti bahwa pemijatan oksitosin dapat membantu ibu relaksasi dan nyaman yang akan berdampak pada pengeluaran hormon endorphin sehingga pemijatan oksitosin dapat memperlancar produksi ASI. Pijat oksitosin yang dapat merangsang hormon oksitosin untuk memperlancar ASI keluar dan dapat meningkatkan kenyamanan ibu selama menyusui. Rangsangan isapan yang dilakukan bayi dapat merangsang prolaktin untuk memacu sel kelenjar dilepas oleh hipofise, makin sering di hisap makin banyak pula produksi ASI yang keluar dan sebaliknya bila isapan kurang maka akan menyebabkan produksi ASI kurang maka pijat oksitosin dapat mengatasi ketidaklancaran dalam produksi ASI.

Dukungan dari tenaga kesehatan dapat berpengaruh pada keberhasilan dalam ibu menyusui dengan sukses, memberikan asuhan yang tepat mulai dari konseling awal menyusui, pendampingan menyusui, treatment untuk memperlancar produksi ASI. Dengan dilakukan kunjungan nifas pada ibu dirumah juga berpengaruh karena tenaga kesehatan dapat memberikan dukungan menyusui dan mengajarkan treatment dengan baik. Dukungan suami dan keluarga serta lingkungan juga sangat berpengaruh untuk meningkatkan rasa

nyaman dan aman ketika menyusui selain dilakukan treatment pijat oksitosin dan cara menyusui yang benar. Konseling secara kontinyu dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan dan dukungan dari pada motivator ASI. Menyusui secara baik dan efektif merupakan langkah awal dalam teknik pemberian ASI. Resiko yang terjadi bila bayi tidak diberikan ASI sangat berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pengalaman pernah menyusui juga berpengaruh pada keberhasilan ibu saat menyusui anak berikutnya, ketika menjumpai ibu yang baru pertama kali menyusui pada pemberian ASI berikutnya. Informasi tentang menyusui juga sangatlah penting. Efek dari pijatan oksitosin memberikan dampak produksi ASI semakin meningkat dimana perlunya dilakukan treatment dari pertama menyusui bayinya meskipun ASI yang keluar masih sedikit.

Dengan pijatan oksitosin dapat memperlancar aliran darah pada ibu sehingga mengurangi ketegangan pada otot dan saraf, dapat mengurangi nyeri pasca bersalin, menurunkan stres dan ketegangan otot yang dapat memicu berkurangnya produksi ASI maka dengan pemijatan tersebut dapat mengurangi depresi pada ibu sehingga ASI yang diproduksi semakin banyak dan lancar. Efek dari pijat dapat meningkatkan hormon oksitosin dan hormon senyawa lainnya pada tubuh ibu sehingga dengan tekanan pijatan yang dilakukan pada punggung selama 15 menit. Menurut penelitian lain tentang pijat oksitosin bahwa produksi ASI responden sebelum dilakukan pijat oksitosin mengalami masalah dalam memproduksi ASI dan mengalami peningkatan yang signifikan terhadap produksi ASI setelah dilakukan pijat oksitosin.

produksi ASI. Promosi kesehatan tentang sosialisasi tentang pentingnya pemijatan oksitosin pasca bersalin untuk meningkatkan produksi ASI selama menyusui pada calon ibu pada saat kunjungan kehamilan. Dan mengoptimalkan dukungan dan motivasi menyusui dengan melakukan pemijatan oksitosin pada ibu menyusui. Dukungan dari tenaga kesehatan sangat berpengaruh pada keberhasilan menyusui dan kelancaran menyusui pada ibu.

## KEPUSTAKAAN

- Ambarwati, 2008. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta; Mitra Cendekia
- Arikunto, 2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta. Rineka Cipta
- Fraser. 2009 *Buku Ajar Bidan*. Jakarta: EGC
- Hidayat. 2007. *Metode penelitian keperawatan teknik analisis data*. Jakarta. Salemba Medika.
- Notoatmodjo, 2010. *Metode penelitian kesehatan*. Rineka cipta. Jakarta.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: EGC
- Prawirohardjo, Sarwono. *Ilmu Kebidanan (4 ed.)*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono
- Retna dkk, 2010. *Asuhan kebidanan nifas*. Nusa medika.

## SIMPULAN DAN SARAN

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa Adanya perbedaan antara Pemijatan oksitosin terhadap