

## Hubungan Pijat Oksitosin Dengan Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Di RS Ibu Kartini Kisaran Kecamatan Kisaran Barat Kabupaten Asahan Tahun 2022

Reni Sandriani<sup>1</sup>; Parningotan Simanjuntak<sup>2</sup>;  
Ingka Kristina Pangaribuan<sup>3</sup>; Astarina Br Ginting<sup>4</sup>  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan  
E-mail : [renisandriani0@gmail.com](mailto:renisandriani0@gmail.com)<sup>1</sup>; [aldo.alrez@gmail.com](mailto:aldo.alrez@gmail.com)<sup>2</sup>;  
[ingka.kristina@gmail.com](mailto:ingka.kristina@gmail.com)<sup>3</sup>; [feliciajovitasembiring@gmail.com](mailto:feliciajovitasembiring@gmail.com)<sup>4</sup>

**Abstract:** Breast preparation for breastfeeding begins during pregnancy, which is characterized by the breasts becoming larger along with the increase in the number and size of the alveoli glands as a result of increasing levels of the hormone estrogen. This occurs until a baby has been breastfed for a few days when actual milk production begins. In the first few days the breasts secrete colostrum which is very important for the baby's health. Breasts produce breast milk starting when the baby begins to suckle on the nipple and the resulting physical stimulation causes impulses in the nerve endings which are then sent to the hypothalamus in the brain which in turn tells the pituitary gland in the brain to produce the hormones oxytocin and prolactin (Anik, 2016). This study aims to analyze the relationship between oxytocin massage and breast milk production in postpartum mothers at Ibu Kartini Hospital, West Kisaran, Asahan Regency in 2023. This research is correlational with a cross sectional approach and bivariate data analysis is data analysis used in research to determine the relationship or influence of variables. independent (independent) with a dependent (dependent) variable using Chi Square analysis with a significant p-value (0.05) (Hardani, 2020) Based on the research results. Based on the results of statistical tests using Chi-Square, it was obtained with a p value of 0.001 that the breast milk output of postpartum mothers before oxytocin massage was mostly not enough breast milk. Postpartum mothers' breast milk output after massage is mostly breast milk This means that there is an influence of oxytocin massage on breast milk production in postpartum mothers at Ibu Kartini Hospital, West Kisaran, Asahan Regency in 2023

**Keywords:** Oxytocin Massage, Breast Milk Production, Post Partum Mothers

**Abstrak:** Persiapan payudara untuk menyusui dimulai sejak kehamilan yang ditandai dengan payudara menjadi lebih besar seiring dengan meningkatnya jumlah dan ukuran kelenjar *alveoli* sebagai hasil dari peningkatan kadar hormon estrogen. Hal ini terjadi sampai seorang bayi telah disusui untuk beberapa hari dimana produksi susu yang sebenarnya dimulai. Dalam beberapa hari pertama payudara mengeluarkan kolostrum yang sangat penting bagi kesehatan bayi. Payudara menghasilkan ASI dimulai ketika bayi mulai menyusui pada puting susu dan hasil rangsangan fisik menyebabkan impuls pada ujung saraf yang selanjutnya dikirim ke *hypothalamus* di otak yang secara bergantian memberitahu kelenjar *pituitary* di otak untuk menghasilkan hormon oksitosin dan prolactin (Anik, 2016). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa Hubungan Pijat Oksitosin Dengan Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan Tahun 2023. Penelitian ini bersifat *korelasional* dengan pendekatan *cross sectional* dan Analisis data bivariat merupakan analisis data yang digunakan dalam penelitian untuk mengetahui hubungan atau pengaruh variabel bebas (independen) dengan variabel terikat (dependen) dengan menggunakan analisis *Chi Square signifikan p-value* (0,05) (Hardani, 2020) Berdasarkan hasil penelitian Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi-Square*, diperoleh dengan nilai p yaitu 0,001 bahwa Pengeluaran ASI pada ibu postpartum sebelum dilakukan pijat oksitosin sebagian besar tidak cukup ASI. Pengeluaran ASI pada ibu postpartum sesudah dilakukan pijat sebagian besar cukup ASI. Hal ini berarti terdapat Ada pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan Tahun 2023

**Kata Kunci :** Pijat Oksitosin, Pengeluaran ASI, Ibu Post Partum

## **LATAR BELAKANG**

Program *Millenium Development Goals* (MDG's) yang terdiri dari delapan pokok bahasan yaitu pemberantasan kemiskinan dan kelaparan ekstrim, pemerataan malaria dan penyakit lainnya, menjamin daya dukung lingkungan hidup dan mengembangkan kemitraan global untuk pembangunan. Target MDG's ke 4 adalah menurunkan angka kematian bayi dan balita menjadi 2/3 dalam mempunyai pengetahuan dalam kurun waktu 1990-2015.

Penyebab utama kematian bayi dan balita adalah diare dan pneumonia, lebih dari 50 % kematian bayi dan balita ini disebabkan oleh kurangnya gizi. Pemberian ASI secara eksklusif selama 6 bulan dan diteruskan selama 2 tahun disamping pemberian makanan pendamping ASI (MP ASI) secara adekuat terbukti sebagai salah satu intervensi efektif dapat menurunkan angka kematian bayi (Risesdes 2018)

Sedangkan World Health Organization (WHO) merekomendasikan pemberian ASI pada bayinya dilakukan pada 1 jam pertama setelah melahirkan dan melanjutkan setelah usia 6 bulan pertama di kehidupan bayi. sehingga bayi dapat memenuhi nutrisi makanan yang memadai dengan terus menyusui sampai 2 tahun (WHO, 2015).

Pemberian ASI eksklusif didunia masih sangat rendah. Berdasarkan data dari *United Nations Children's Fund* (UNICEF) pada tahun 2012 hanya 39% bayi di bawah usia 6 bulan yang mendapatkan ASI secara eksklusif di seluruh dunia, angka tersebut juga tidak mengalami kenaikan pada tahun 2015 yaitu sebesar 40% keberhasilan pemberian ASI eksklusif di seluruh dunia. sedangkan di Indonesia pemberian ASI masih kurang bahkan menurun, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2013 menyebutkan bahwa hanya 54,3% anak Indonesia yang mendapatkan ASI eksklusif, menurut data dari survey social Ekonomi Nasional (SUSENES) presentasi ASI pada tahun 2014 hanya 33,6%. Sedangkan menurut data dari KEMENKES tahun 2015 bayi yang mendapatkan ASI hanya 68,9% data ini masih jauh di bawah target minimal 80%. (Kemenkes RI, 2015)

Menurut data Kemenkes RI tahun 2021 mencatat presentasi pemberian ASI eksklusif pada bayi menunjukkan perbaikan dari tahun sebelumnya yaitu dari 69,62% menjadi 71,58%. Namun sebagian besar propinsi memiliki presentase dibawah nilai rata rata nasional antara lain Gorontalo (52,75%), Kalimantan Tengah (55,98%), Papua Barat (58,77%), Kepulauan Riau (58,84%), DKI Jakarta 65,63%, Aceh (66,66%) dan Sumatera Utara (57,83%). (Monavia, 2021)

Maka pada tahun 2009 *Millenium Development Goals* (MDG's) Indonesia menargetkan penurunan sebesar 23 untuk angka kematian bayi dan balita dalam kurun waktu 2009-2015. Oleh sebab itu, Indonesia mempunyai komitmen untuk menurunkan angka

kematian bayi dari 68/1.000 kelahiran hidup menjadi 23/1.000 kelahiran hidup dan angka kematian balita dari 97/1.000 kelahiran hidup menjadi 32/1.000 kelahiran hidup. Untuk mencapai target *Millenium Development Goals* (MDG's) tahun 2015 dalam rangka menurunkan AKB, dapat dilakukan salah satunya dengan pemberian ASI eksklusif (Anik, 2016).

Kendala ibu tidak menyusui bayinya pada hari pertama karena adanya ketakutan ibu yang tidak memiliki cukup ASI, puting rata, payudara bengkak, abses pada payudara, puting lecet atau pecah pecah, Rasa sakit ini akan membuat seorang ibu menjadi stress (Sutanto, 2015).

Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks let down. Selain untuk merangsang *refleks let down*, manfaat pijat oksitosin yaitu memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak pada payudara (*engorgement*), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, dan mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit.

Permasalahan ASI yang tidak keluar pada hari- hari pertama kehidupan bayi seharusnya bisa diantisipasi sejak kehamilan melalui konseling laktasi. Hanya sekitar 60% masyarakat tahu informasi tentang ASI dan baru ada sekitar 40% tenaga kesehatan terlatih yang bisa memberikan konseling menyusui. Sehingga perlu adanya solusi untuk ibu yang terlanjur khawatir dan mencegah pemberian susu formula karena masalah pemberian ASI dini yang disebabkan ASI tidak keluar di hari pertama (Astutik,2014).

Diantaranya penyebab masih rendahnya penggunaan ASI di Indonesia menurut Dirjen Gizi dan KIA Departemen Kesehatan adalah masih banyaknya jajaran kesehatan yang belum sepenuhnya mendukung Peningkatan Pemberian ASI (PP-ASI). Masalah ini diperparah dengan gencarnya promosi susu formula dan kurangnya dukungan dari masyarakat. Masalah menyusui pada masa pasca persalinan lanjut salah satunya adalah sindrom ASI kurang. Beberapa faktor - faktor yang mempengaruhi produksi ASI kurang adalah tidak dilakukannya persiapan puting terlebih dahulu dan kurangnya reflek oksitosin (Maryunani, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Rusdiati (2013) yang meneliti tentang pengaruh pijat oksitosin pada ibu nifas terhadap pengeluaran ASI di Kabupaten Jember mendapatkan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata pengeluaran ASI pada ibu nifas yang tidak dilakukan pijat oksitosin sebesar 4,61 menit dan rata-rata pengeluaran ASI pada ibu nifas yang Ibu post partum dengan persalinan normal terutama pada ibu primipara, persalinan merupakan pengalaman yang pertama sehingga dapat menyebabkan stres saat persalinan maupun setelah persalinan. Stres

yang dialami ibu primipara dapat meningkatkan kadar hormon kortisol yang menyebabkan menurunnya kadar hormon oksitosin sehingga mengakibatkan keterlambatan onset laktasi (Astutik, 2015).

Persiapan payudara untuk menyusui dimulai sejak kehamilan yang ditandai dengan payudara menjadi lebih besar seiring dengan meningkatnya jumlah dan ukuran kelenjar *alveoli* sebagai hasil dari peningkatan kadar hormon estrogen. Hal ini terjadi sampai seorang bayi telah disusui untuk beberapa hari dimana produksi susu yang sebenarnya dimulai. Dalam beberapa hari pertama payudara mengeluarkan kolostrum yang sangat penting bagi kesehatan bayi. Payudara menghasilkan ASI dimulai ketika bayi mulai menyusui pada puting susu dan hasil rangsangan fisik menyebabkan impuls pada ujung saraf yang selanjutnya dikirim ke *hypothalamus* di otak yang secara bergantian memberitahu kelenjar *pituitary* di otak untuk menghasilkan hormon oksitosin dan prolactin (Anik, 2016).

Prolaktin menyebabkan air susu diproduksi dan oksitosin menyebabkan serat otot yang mengelilingi kelenjar *alveoli* mengerut seperti pada otot rahim. Saat serat otot di sekeliling kelenjar *alveoli* mengerut menyebabkan air susu keluar yang disebut aliran, kejadian ini dapat menimbulkan sensasi pada payudara dan menyembrotkan susu dari puting susu. (Astutik, 2015).

Penurunan produksi dan pengeluaran ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi dan pengeluaran ASI. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kelancaran produksi dan pengeluaran ASI yaitu perawatan payudara frekuensi penyusuan, paritas, stress, penyakit atau kesehatan ibu, konsumsi rokok atau alkohol, pil kontrasepsi, asupan nutrisi (Heriyani, 2017).

Perawatan payudara sebaiknya dilakukan segera setelah persalinan (1-2 hari), dan harus dilakukan ibu secara rutin. Dengan pemberian rangsangan pada otot-otot payudara akan membantu merangsang hormon prolaktin untuk membantu produksi air susu (Maita, 2015).

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi yang tepat untuk mempercepat dan memperlancar produksi dan pengeluaran ASI yaitu dengan pemijatan sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima atau keenam. Pijat ini akan memberikan rasa nyaman dan rileks pada ibu setelah mengalami proses persalinan sehingga tidak menghambat sekresi hormon prolaktin dan oksitosin. (Heryani, 2017).

Berdasarkan survey data awal hasil posyandu di bulan Januari-Februari di di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan terdapat 32 ibu postpartum yang tercatat melakukan persalinan dan kunjungan di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan dan hasilnya

hanya terdapat 20 ibu postpartum atau sekitar 67 % yang memberikan ASI, sisanya 10 ibu postpartum atau sekitar 33 % tidak memberikan ASI dengan alasan bahwa pengeluaran ASI nya kurang lancar. Rata-rata ibu postpartum tersebut tidak mengetahui cara perawatan melakukan pengeluaran ASI dengan pijat oksitosin.

Observasi awal yang dilakukan oleh penulis pada tenaga kesehatan di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan bahwa belum banyak ibu postpartum yang dilakukan teknik pijat oksitosin secara spesifik yang berguna untuk meningkatkan kesehatan dan perawatan pada ibu postpartum. Maka dari uraian tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan Pijat Oksitosin Dengan Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan Tahun 2023”

## **KAJIAN TEORITIS**

Hormon prolaktin ini adalah hormon yang disekresikan oleh hipofisis anterior. Setelah masa persalinan plasenta akan lepas dan berkurangnya fungsi korpus luteum. Selanjutnya, estrogen dan progesteron juga berkurang konsentrasinya, ditambah ujung-ujung saraf sensoris. Fungsinya, sebagai reseptor mekanik untuk memproduksi ASI. Hisapan puting susu bayi menyebabkan dilepaskannya impuls aferens melalui medulla spinalis ke batang otak dan hipotalamus.

Pengeluaran ASI adalah refleksi aliran yang timbul akibat perangsangan puting susu dikarenakan hisapan bayi. Bersamaan dengan mekanisme pembentukan prolaktin pada hipofisis anterior yang dijelaskan sebelumnya, rangsangan yang berasal dari hisapan bayi pada puting susu tersebut dilanjutkan ke hipofisis posterior sehingga keluar hormon oksitosin.

Pijat oksitosin dilakukan dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang sehingga diharapkan ibu akan merasakan rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan hilang ( Setiowatii, 2017)

## **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian adalah suatu bagian dari uraian yang menggambarkan hasil pemikiran peneliti, yang akan digunakan untuk melakukan penelitian (Sodik, et al., 2020). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan *eksperimental* dengan pendekatan *tipe one group pretest-posttest design* dengan mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek (Zulkarnain, 2018)

Teknik sampling (sampel) adalah teknik sampel yang digunakan untuk menentukan sampel yang akan diambil dan diteliti oleh peneliti dengan cara pengambilan sampel dari

populasi yang akan mewakili untuk di olah. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *teknik total sampling* sebanyak 32 responden (Sitompul, 2019).

Analisis data bivariat merupakan analisis data yang digunakan dalam penelitian untuk mengetahui hubungan atau pengaruh variabel bebas (independen) dengan variabel terikat (dependen) dengan menggunakan analisis uji *Chi Square signifikan p-value* (0,05). Bila chi square  $p\text{-value} < 0,05$  maka hasil perhitungan bermakna atau signifikan dan bila  $p\text{-value} > 0,05$  maka hasil perhitungan tersebut tidak bermakna (Hardani, 2020).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini diperoleh dari pengumpulan data dengan judul “Hubungan Pijat Oksitosin Dengan Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan Tahun 2023”. Penelitian ini dilaksanakan bulan Maret-Juni 2023 dengan jumlah sampel 32 ibu postpartum.

### Karakteristik Responden

Berdasarkan karakteristik respponden pada penelitian ini dapat dilihat bahwa :

**Tabel 1.**  
 Distribusi karakteristik respoden di RS Ibu Kartini  
 Kisaran Barat Kabupaten Asahan Tahun 2023

Karekteristik responden	Frekuensi	Persentase %
<b>Umur</b>		
<20 tahun	2	6,3 %
20-35 tahun	24	75,0 %
>35 tahun	6	18,7%
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100%</b>
<b>Pendidikan</b>		
Sarjana	0	0
SMA	28	87,4 %
SMP	2	6,3 %
SD	2	6,3%
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100%</b>
<b>Pekerjaan</b>		
IRT	10	31,2 %
Wiraswasta	4	12,5 %
Pegawai Swasta	18	56,3 %
PNS	0	0
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100</b>
<b>Paritas</b>		
Primi para	24	75,0 %
Multi para	8	25,0%
Grandemultipara	0	0
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100</b>

Berdasarkan dari tabel diatas diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan umur mayoritas responden berumur 20-35 tahun sebanyak 24 responden (75,0%) sedangkan minoritas berumur > 20 tahun sebanyak 2 (6,3%). Berdasarkan karakteristik pendidikan didapat mayoritas responden berpendidikan SMA sebanyak 28 responden (87,4%), sedangkan minoritas responden berpendidikan SMP dan SD masing masing sebanyak 2 responden (6,3%). Berdasarkan karakteristik pekerjaan didapat mayoritas responden berpekerjaan pegawai swasta sebanyak 18 responden (56,3%), sedangkan minoritas responden berpekerjaan wiraswasta sebanyak 4 responden (12,5%). Berdasarkan karakteristik paritas didapat mayoritas responden paritas primipara sebanyak 24 responden (75,0%), sedangkan minoritas responden paritas multipara sebanyak 8 responden (25,0%).

### Analisis Unvariat

Penelitian ini dilakukan di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan. Hasil penelitian disajikan dalam tabel sebagai berikut:

#### 1. Karakteristik responden berdasarkan pernah melakukan Pijat oksitosin

**Tabel 2.**

Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan pernah melakukan Pijat Oksitosin Pada Ibu Postpartum Di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan Tahun 2023

Pijat Oksitosin	Frekuensi	Persentase %
Belum pernah	32	100,0%
Sudah pernah	0	0
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagai besar ibu postpartum mengikuti belum pernah melakukan pijat oksitosin sebanyak 32 responden (100,0%).

#### 2. Pengeluaran ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin

**Tabel 3.**

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengeluaran ASI Sebelum Melakukan Pijat Oksitosin Di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan Tahun 2023

Pengeluaran ASI	Frekuensi	Persentase %
Cukup	12	37,5 %
Tidak Cukup	20	62,5 %
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa sebagaian besar ibu postpartum mengalami pengeluaran ASI tidak cukup sebanyak 20 responden (62,5 %).

### 3. Pengeluaran ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin

**Tabel 4.**

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengeluaran ASI Sesudah Melakukan Pijat Oksitosin Di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan Tahun 2023

Pengeluaran ASI	Frekuensi	Persentase %
Cukup	21	65,6 %
Tidak Cukup	11	34,4 %
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar ibu postpartum mengalami pengeluaran ASI cukup sebanyak 21 responden (65,6 %).

#### Analisis Bivariat

**Tabel 5.**

Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan Tahun 2023

Pengeluaran ASI	Pijat Oksitosin			
	Sebelum		Sesudah	
	N	%	N	%
Cukup	12	37,5 %	21	65,6 %
Tidak Cukup	20	62,5 %	11	34,4 %
<b>Jumlah</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>
<b>Uji Chi-Square p Value <math>0,002 &lt; \alpha &lt; 0,05</math></b>				

Berdasarkan tabulasi silang pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami pengeluaran ASI setelah dilakukan pijat oksitosin yaitu 21 responden (65,6 %).

Berdasarkan data diatas dan menurut uji statistic Chi-Square dengan bantuan program SPSS 16 pada taraf kesalahan 5 % dilakukan perhitungan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara variable yaitu variable bebas dan variable terikat. Hasil dari perhitungan p Value adalah  $0,002 < \alpha (0,05)$ . Hal ini menunjukkan  $H_a$  diterima bahwa ada Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan Tahun 2023.

## PEMBAHASAN

### 1. Pengeluaran ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu postpartum mengalami pengeluaran ASI tidak cukup sebanyak 20 responden (62,5 %).

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kelancaran produksi dan pengeluaran ASI yaitu makanan, ketenangan jiwa dan pikiran, penggunaan alat kontrasepsi, perawatan payudara, faktor aktivitas istirahat, faktor isapan bayi, konsumsi



alcohol dan rokok.(Astutik, 2014).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ummah 2014, dengan rata rata pengeluaran ASI pada ibu post partum yang di berikan pijat oksitosin lebih cepat 6.21 jam setelah bayi lahir dibandingkan tidak diberikan pijat oksitosi dengan rata rata 8.93 jam setelah bayi lahir. Hal ini diperkuat dengan teori Guyton 2007. Salah satu teori persalinan adalah adanya hormone estrogen dan progesteron turun secara drastis sehingga digantikan oleh hormon prolaktin dan hormon oksitosin.

Hormon prolaktin dan oksitosin memainkan peran dalam proses laktasi sehingga pengeluaran ASI akan lancar. ASI yang tidak keluar bukan karena produksi ASI yang tidak tercukupi, tetapi produksi ASI cukup namun pengeluarannya terhambat akibat hambatan sekresi oksitosin (Heryani, 2017).

Hal ini menunjukkan kesesuaian hasil penelitian dengan teori varney 2014. Jika tidak dilakukan pijat oksitosin pengeluaran ASI terjadi keterlambatan dibanding dengan ibu yang dilakukan pijat oksitosin. Ibu yang tidak dilakukan pijat oksitosin mengalami keterlambatan pengeluaran ASI, hal ini bisa terjadi karena puting susu ibu yang sangat kecil karena akan membuat produksi hormon oksitosin dan hormon prolaktin akan terus menurun dan ASI akan terhenti.

Selain itu produksi ASI sangat dipengaruhi oleh faktor kejiwaan, ibu yang selalu dalam keadaan tertekan, sedih, kurang percaya diri dan berbagai bentuk ketegangan emosional akan menurunkan volume ASI bahkan tidak akan terjadi produksi ASI. ASI dapat diproduksi dengan baik jika ibu dalam keadaan tenang dan nyaman (Nugroho, 2014).

Sebenarnya, laktasi melibatkan proses produksi dan pengeluaran ASI. Produksi ASI sudah dimulai sejak kehamilan, dan pengeluaran ASI masih dihambat selama masa kehamilan. Segera setelah bayi dan placenta lahir, estrogen dan progesterone turun drastis sehingga kerja prolaktin dan oksitosin akan maksimal sehingga pengeluaran dan pengeluaran ASI akan lancar. Tidak keluarnya ASI tidak semata karena produksi ASI tidak ada atau tidak mencukupi, tetapi sering kali produksi ASI cukup namun pengeluarannya yang dihambat akibat hambatan sekresi oksitosin. Hormon oksitosin disebut juga dengan hormone cinta kasih, sehingga bila kondisi ibu senang, tenang, dan nyaman, produksi oksitosin akan meningkat (Saifuddin, 2014).

Sebaliknya sekresi oksitosin akan menurun pada saat ibu berada dalam keadaan khawatir, takut, atau bahkan cemas. Pijat oksitosin, yaitu pemijatan sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima atau keenam akan memberikan rasa

nyaman dan rileks pada ibu setelah mengalami proses persalinan sehingga sekresi hormone prolaktin dan oksitosin tidak terhambat (Rahayu, 2016).

Pada ibu yang baru saja melewati proses persalinannya sering merasa kelelahan dan stress akibat rasa sakit yang dialami saat menjalani persalinannya, serta ketegangan otot. Untuk itu dukungan dari berbagai pihak baik suami, keluarga ataupun tenaga kesehatan sangat diperlukan karena kondisi psikologi ibu yang tidak stabil dapat menurunkan stimulus hormon oksitosin. Dampak yang terjadi adalah pemngeluaran ASI menjadi terlambat. Selain dukungan emosional, dukungan fisik dengan pemberian pijat dan juga pemenuhan nutrisi serta istirahat yang cukup akan membuat tubuh ibu menjadi rileks dan nyaman

## **2. Pengeluaran ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebaiaian besar ibu postpartum mengalami pengeluaran ASI cukup sebanyak 21 responden (65,6 %).

Pengeluaran ASI dapat dipercepat dengan tindakan non farmakologis yaitu melalui pijatan atau rangsangan pada tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hypothalamus di hypofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin yang menyebabkan payudara mengeluarkan ASI. Dengan pijatan di daerah tulang belakang ini juga akan merelaksasi ketegangan dan menghilangkan stress, dengan begitu hormone oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran ASI, dibantu dengan isapan bayi pada puting susu sesaat segera setelah bayi lahir, ASI yang menetes atau keluar merupakan tanda aktifnya reflek oksitosin (Lilies, 2015).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ummah tahun 2014 massage/pijat merupakan salah satu terapi pendukung yang efektif untuk mengurangi ketidaknyamanan fisik serta memperbaiki gangguan mood. Pengurangan ketidaknyamanan pada ibu menyusui akan membantu lancarnya pengeluaran ASI.

Terjadinya peningkatan produksi ASI pada kelompok perlakuan dapat memberikan efek rileks pada ibu yang secara tidak langsung dapat menstimulasi hormone oksitosin yang dapat membantu proses kelancaran produksi ASI. Penelitian Gustriani tahun 2015 menyatakan bahwa pada kelompok bayi yang hanya menerima ASI, maka ASI pertama/kolostrum akan keluar 23 jam pasca melahirkan.

Penelitian ini di perkuat dengan teori Astutik, 20015 yang menyatakan persiapan payudara untuk menyusui dimulai sejak kehamilan yang ditandai dengan payudara menjadi lebih besar seiring dengan meningkatnya jumlah dan ukuran kelenjar alveoli sebagai hasil dari peningkatan kadar hormon estrogen. Hal ini terjadi sampai seorang bayi

telah disusui untuk beberapa hari dimana produksi susu yang sebenarnya dimulai.

Dalam beberapa hari pertama payudara mengeluarkan kolostrum yang sangat penting bagi kesehatan bayi. Payudara menghasilkan ASI dimulai ketika bayi mulai menyusu pada puting susu dan hasil rangsangan fisik menyebabkan impuls pada ujung saraf yang selanjutnya dikirim ke hypothalamus di otak yang secara bergantian memberitahu kelenjar pituitary di otak untuk menghasilkan hormon oksitosin dan prolaktin. Prolaktin menyebabkan air susu diproduksi dan oksitosin menyebabkan serat otot yang mengelilingi kelenjar alveoli mengerut seperti pada otot rahim. Saat serat otot di sekeliling kelenjar alveoli mengerut menyebabkan air susu keluar yang disebut aliran, kejadian ini dapat menimbulkan sensasi pada payudara dan menyempatkan susu dari puting susu. Jika hormone oksitosin mengalami keterlambatan maka pijatan untuk menstimulasi hormone agar dapat mempercepat proses pores produksi dan pengeluaran ASI. (Astutik, 2015).

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae 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 otomatis keluar (Wijayanti, 2015).

Manipulasi pijatan bisa mempercepat produksi ASI dengan cara merangsang sekresi hormon. Pijat oksitosin merupakan tindakan melakukan pijatan di daerah punggung di area tulang belakang menggunakan kedua ibu jari dengan gerakan melingkar (gerakan love). Pijatan ini bisa dilakukan dua kali dalam sehari dengan durasi 3 - 5 menurut pijatan ini akan membantu mengatasi masalah pada saat menyusui yaitu ASI yang tidak keluar (Pumama, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian ini, setelah dilakukan tindakan pijat oksitosin ibu dapat mengeluarkan ASI untuk bayinya. Tindakan pijat oksitosin ini sangat membantu dalam proses pengeluaran ASI. Pijatan tersebut dapat memberikan kenyamanan pada ibu dan merangsang hormon oksitosin.

### **3. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI**

Berdasarkan tabulasi silang pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami pengeluaran ASI setelah dilakukan pijat oksitosin yaitu 21 responden (65,6 %).

Berdasarkan data diatas dan menurut uji statistic Chi-Square dengan bantuan

program SPSS 16 pada taraf kesalahan 5 % dilakukan perhitungan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara variable yaitu variable bebas dan variable terikat. Hasil dari perhitungan p Value adalah  $0,002 < \alpha(0,05)$ . Hal ini menunjukkan  $H_a$  diterima bahwa ada Hubungan Pijat Oksitosin Dengan Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan Tahun 2023

Menurut penelitian pijat oksitosin untuk ibu postpartum sangat bermanfaat untuk merangsang keluarnya hormone oksitosin yang berperan dalam memperlancar keluarnya ASI, karena hormone oksitosin dapat menyebabkan sel-sel alveoli berkontraksi sehingga ASI dapat keluar dengan lancar.

Pijat oksitosin adalah pemijatan pada kedua sisi tulang belakang (vertebrae) mementuk gerakan melingkar dari leher ke arah tulang belikat dan merupakan usaha untuk merangsang hormone oksitosin yang berfungsi untuk merangsang kontraksi uterus dan sekresi ASI. ( Nahdiah, 2015)

Sebagaimana teori Kemenkes RI (2017) yang menjelaskan bahwa 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, mengurangi bengkak (engorgement), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit. ASI diproduksi atas hasil kerja gabungan antara hormon dan refleks.

Refleks Prolaktin yaitu refleks pembentukan atau produksi ASI. Refleks oksitosin yaitu reflek pengaliran atau pelepasan ASI (let down reflex) setelah diproduksi oleh sumber pembuat susu, ASI akan dikeluarkan dari sumber pembuat susu dan dialirkan ke saluran susu. 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, mengurangi bengkak (engorgement), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Kemenkes RI, 2017).

Payudara menghasilkan ASI dimulai ketika bayi mulai menyusu pada puting susu dan hasil rangsangan fisik menyebabkan impuls pada ujung saraf yang selanjutnya dikirim ke hypothalamus di otak yang secara bergantian memberitahu kelenjar pituitary di otak untuk menghasilkan hormon oksitosin dan prolaktin. Prolaktin menyebabkan air susu diproduksi dan oksitosin menyebabkan serat otot yang mengelilingi kelenjar alveoli mengerut seperti pada otot rahim. Saat serat otot di sekeliling kelenjar alveoli mengerut menyebabkan air susu keluar yang disebut aliran, kejadian ini dapat menimbulkan sensasi

pada payudara dan menyempatkan susu dari puting susu ( Astutik, 2015)

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 (Astutik, 2015).

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

1. Pengeluaran ASI pada ibu postpartum sebelum dilakukan pijat oksitosin di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan sebagian besar tidak cukup ASI
2. Pengeluaran ASI pada ibu postpartum sesudah dilakukan pijat oksitosin di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan sebagian besar cukup ASI
3. Ada pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum di RS Ibu Kartini Kisaran Barat Kabupaten Asahan Tahun 2023

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis menyadari dalam penulisan karya tulis ilmiah ini masih terdapat kekurangan, untuk itu diharapkan kritik dan saran yang membangun untuk dapat menyempurnakan karya tulis ilmiah ini. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih dan semoga karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

## **DAFTAR REFERENSI**

- Astutik, Reni Yuli 2014. *Payudara dan Laktasi*. Jakarta: Salemba Medika
- Bobak IM, Lowdermik DI, Jensen MD 1995. *Buku ajar Keperawatan Maternitas (Maternity Nursing) Edisi 4*, Maria A Wijayarti dan Peter Anugerah (penterjemah). 2005. Jakarta: EGC
- Heryani R. 2017. *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Dan Menyusui*. Jakarta. Trans Info Media
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. *Profil Kesehatan RI Tahun 2016*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lilies Wijayanti. 2015. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi*. Yogyakarta: Stikes Aisyiyah Yogyakarta.
- Maita, L, 2016. *Pengaruh Pijat oksitosin Terhadap Produksi ASI* ( Diakses pada tanggal 16 februari 2021) dari : <http://www.forikes-ejournal.com>
- Nadiah, Lailatif .2015. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Tanda Kecukupan ASI pada Ibu*

*Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngoresan.* ( diakses pada 18 Februari 2021) dari :  
[www.digilib.uns.ac.id](http://www.digilib.uns.ac.id)

- Notoatmojo, Soekidjo. 2015. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nugroho, T, Nurrezeki, Desi W 2014. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas (Askeb 3 )*, Yogyakarta: Nuha Medika.
- Profil Kesehatan Indonesia, 2014. *Tren Angka Kematian Neonatal, Bayi, dan Balita*.
- Rahayu, Anik P 2016. *Panduan Praktikum Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Deepublish
- Riskesdas. 2018. *Analisis situasi gizi dan kesehatan masyarakat*. Ditjen bina kesehatan masyarakat. Direktorat gizi masyarakat. Jakarta
- Rusdiarti,2014. *Pengaruh Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran ASI di Kabupaten Jember*. Akademi Kebidanan Jember
- Saifuddin, A. B. (2014). Ilmu kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sitompul Harun 2017. *Statistika pendidikan teori dan cara perhitungan*. Perdana Publising
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kombinasi*. Bandung : Alfabita.
- Wijayanti. 2015. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI*. Yogyakarta: Stikes Asyiyiyah Yogyakarta.
- Zulkarnain 2018. *Panduan pelaksanaan penelitian social*. Perdana Publishing