

EFEKTIVITAS PIJAT OKSITOSIN DAN PIJAT OKETANI TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU POSTPARTUM DI PMB SURYANI KOTA BALIKPAPAN TAHUN 2024

Esty Wilanda Hamid¹, Ryzky Diah Anggraini², Dwi Riyan Arisentantia³
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mutiara Mahakam Samarinda
Email : ndrianawill90@gmail.com¹

ABSTRAK

Pemberian ASI bagi sangat penting untuk mencegah kematian dan masalah kekurangan gizi pada bayi dan balita. Masalah yang sering dihadapi ibu menyusui adalah ketika ASI yang keluar tidak selancar seperti yang diharapkan. Pijat Oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin, yang dapat menenangkan ibu sehingga ASI otomatis keluar sedangkan Pijat Oketani dapat menstimulus kekuatan otot pectoralis untuk meningkatkan produksi ASI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas pijat oksitosin dan pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di PMB Suryani Kota Balikpapan Tahun 2024. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian quasi eksperimen dengan rancangan one group pretest and posttest design. Sampel sebanyak 30 ibu post partum (15 sampel untuk pijat oksitosin dan 15 sampel untuk sampel pijat oketani), dengan Teknik consecutive sampling. Dihasilkan masing-masing dengan nilai p value $< \alpha(0,05)$ yang artinya Pijat Oksitosin (0,000) dan Pijat Oketani (0,000) efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum. Pijat oksitosin dan pijat oketani pada penelitian ini sama-sama berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan produksi ASI. Direkomendasikan agar semua bidan dan perawat menguasai teknik pijat oksitosin maupun pijat oketani.

Kata kunci: Pijat Oketani, Pijat oksitosin, Produksi ASI, Post Partum.

ABSTRACT

Breastfeeding is very important to prevent death and malnutrition in infants and toddlers. The problem that is often faced by breastfeeding mothers is when the breast milk that comes out is not as smooth as expected. Oxytocin Massage is a massage along the spine and is an effort to stimulate the hormones prolactin and oxytocin, which can calm the mother so that breast milk automatically comes out while Oketani Massage can stimulate the strength of the pectoralis muscles to increase breast milk production. This study aims to determine the effectiveness of oxytocin massage and oketani massage on breast milk production in postpartum mothers at PMB Suryani, Balikpapan City in 2024. This study uses a quasi-experimental research type with a one group pretest and posttest design. The sample was 30 postpartum mothers (15 samples for oxytocin massage and 15 samples for oketani massage samples), with consecutive sampling technique. Each resulted in a p value $< \alpha(0.05)$, which means that Oxytocin Massage (0.000) and Oketani Massage (0.000) are effective in increasing breast milk production in postpartum mothers. Oxytocin massage and oketani massage in this study both have a significant effect on increasing breast milk production. It is recommended that all midwives and nurses master the techniques of oxytocin massage and oketani massage.

Keywords: Oketani Massage, Oxytocin Massage, Breast Milk Production, Post Partum.

PENDAHULUAN

Pemberian ASI bagi bayi baru lahir merupakan salah satu upaya untuk mencegah kematian dan masalah kekurangan gizi pada bayi dan balita. Untuk bayi baru lahir, ASI adalah makanan utama dan terbaik yang bersifat alamiah. Penelitian menunjukkan bahwa bayi akan terhindar dari resiko infeksi, alergi makanan, anemia, dan obesitas di masa yang akan datang (Haryono R dan Setianingsih, 2014).

Menurut WHO cakupan ASI Eksklusif didunia sebesar 52.4%, di beberapa negara ASEAN juga masih cukup rendah antara lain India (46%), Philipina (34%), Vietnam (27%), Myanmar (24%) (Kemenkes RI, 2017). Pada Tahun 2018 menunjukkan bahwa cakupan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif adalah sebesar 65,16%, angka ini lebih tinggi dibandingkan cakupan ASI eksklusif pada tahun 2017 yaitu sebesar 61,33%. Cakupan ASI Eksklusif di Kaltim tahun 2018 sebesar 70,07%, meningkat dari tahun sebelumnya 2017 sebesar 58,06% (Ditjen Kesehatan Masyarakat, Kemenkes RI, 2019). Cakupan ASI eksklusif di Balikpapan tahun 2017 sebesar 75,09% meningkat dari tahun sebelumnya tahun 2017 yaitu 73,59% (Bidang Kesmas Balikpapan, 2018).

Beberapa penyebab kegagalan menyusui juga telah diidentifikasi dari beberapa penelitian, yaitu kurangnya dukungan sosial, kontak yang kurang intensif antara ibu dan bayi, pengaruh sosial yang permisif terhadap pemberian susu formula atau penghentian menyusui, praktik komersil dari pabrik susu formula, pengenalan dini makanan pengganti ASI, pengetahuan yang kurang tentang menyusui pada ibu dan petugas kesehatan, kecemasan dan stres ibu, kurang percaya diri pada ibu untuk menyusui, berat badan bayi yang kurang, ibu malnutrisi, multi atau primipara, kontrasepsi hormonal, temperamen bayi (Juanita, 2016). Masalah yang sering dihadapi dan membuat ibu menyusui kecewa adalah ketika ASI yang keluar tidak selancar seperti yang diharapkan, sehingga alasan ini yang sering digunakan oleh para ibu menyusui untuk memberikan anaknya susu formula. ASI yang tidak cukup atau sedikitnya produksi ASI, disebabkan oleh pengaruh hormon oksitosin yang kurang bekerja (Fikawati, 2015).

Tindakan Pijat Oksitosin mampu meningkatkan produksi hormon oksitosin yang mana dapat meningkatkan kenyamanan pada ibu menyusui. Selain itu produksi hormon oksitosin juga mampu meningkatkan kontraksi mioepitel kelenjar mammae sehingga pengeluaran ASI semakin banyak dan lancar. Bila ibu menyusui mengalami stress atau ketidaknyamanan, maka akan terjadi hambatan dari refleksi let down sehingga akan menurunkan produksi ASI. Hal ini dikarenakan karena ada pelepasan hormon adrenalin yang menyebabkan vasokonstriksi dari pembuluh darah alveoli, sehingga oksitosin yang mampu mencapai target organ mioepitelium kelenjar mammae hanya sedikit. Selain itu akan terjadi juga pengeluaran hormon noradrenalin pada sistem syaraf pusat sehingga sesuai dengan mekanisme kerja kedua substansi kimia ini akan menyebabkan terhambatnya milk ejection reflex dan akhirnya produksi ASI akan menurun.

Penelitian Asih (2018) dengan judul pengaruh Pijat Oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu Nifas di Ruang Flamboyan RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto menunjukkan ada pengaruh Pijat Oksitosin terhadap produksi ASI. Dari hasil analisis diperoleh pula nilai OR = 11,667 (1,227-110,953) yang artinya ibu post partum yang melakukan Pijat Oksitosin mempunyai peluang 11,667 kali memiliki peluang produksi ASI yang cukup dibandingkan dengan ibu yang tidak melakukan Pijat Oksitosin. Penelitian yang dilakukan Rahayu (2018) menunjukkan hasil pengukuran produksi ASI didapatkan nilai $p=0,013$ yang berarti ada perbedaan produksi ASI yang signifikan antara Pijat Oksitosin dan Kelompok kontrol. Pijat Oksitosin dapat meningkatkan kenyamanan dan produksi ASI pada ibu postpartum.

Peningkatan produksi ASI, selain dengan melakukan Pijat Oksitosin, ada pula teknik yang dapat digunakan dalam meningkatkan produksi ASI, yaitu Pijat Oketani. Pijat Oketani merupakan perawatan payudara yang unik yang pertama kali dipopulerkan oleh Sotomi Oketani dari Jepang dan sudah dilaksanakan di beberapa negara antara lain Korea, Jepang dan Bangladesh. Sotomi menjelaskan bahwa menyusui dapat meningkatkan kedekatan (bonding) antara ibu dengan bayi sekaligus mendukung pertumbuhan fisik dan mental anak secara alami. Pijat Oketani dapat membantu ibu menyusui dalam mengatasi

kesulitan saat menyusui bayi mereka. Pijat Oketani dapat memberikan rasa nyaman dan menghilangkan rasa nyeri pada ibu postpartum, tubuh ibu postpartum menjadi lebih relaks. Pijat Oketani akan membuat payudara menjadi lebih lembut, areola dan puting menjadi lebih elastis sehingga memudahkan bayi untuk menyusui. Aliran susu menjadi lebih lancar karena ada penekanan pada alveoli (Kabir & Tasnim, 2014).

Hal ini didukung oleh penelitian Vania (2020) dengan judul Pengaruh Pijat Oketani terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas menunjukkan bahwa terbukti hipotesis yang berarti Pijat Oketani berpengaruh terhadap produksi ASI pada ibu nifas. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyebutkan bahwa gerakan pada Pijat Oketani bermanfaat melancarkan reflek pengeluaran ASI. Selama ini Pijat Oksitosin sudah sering dilakukan di tempat pelayanan kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan produksi ASI tetapi Pijat Oketani masih jarang dilakukan sementara Pijat Oketani juga dapat meningkatkan produksi ASI dengan menstimulasi hormon oksitosin didukung oleh penelitian-penelitian sebelumnya (vania, 2020), sehingga peneliti tertarik untuk membandingkan kedua metode ini untuk melihat metode yang lebih berpengaruh terhadap produksi ASI sehingga dapat diterapkan untuk membantu meningkatkan produksi ASI (Rahayu, 2018).

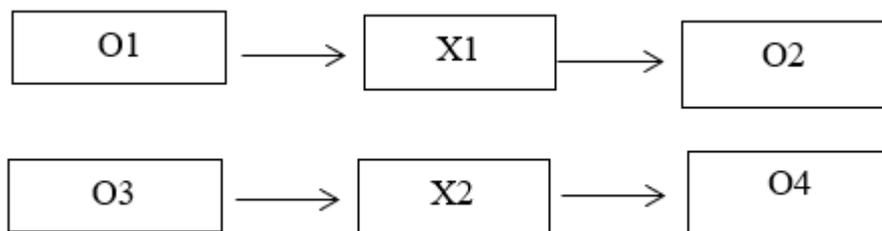
Studi pendahuluan yang peneliti lakukan melalui wawancara pada tanggal 25 Juli – 25 Desember 2023 di PMB Suryani Balikpapan terhadap terhadap 40 orang ibu post partum, sebanyak 25 orang ibu mengeluh karena produksi ASInya tidak keluar sama sekali sementara 15 orang menyatakan ASInya keluar tapi <5cc sehingga bayinya rewel.

Berdasarkan hal tersebut diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yaitu “Pijat Oksitosin Dan Pijat Oketani Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di PMB Suryani Kota Balikpapan Tahun 2024”

METODE

Penelitian ini mengacu pada pendekatan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif didasari pada filsafat positivisme yang menekankan fenomena objektif yang dikaji secara kuantitatif atau dilakukan dengan menggunakan angka, pengolahan statistik, struktur dan percobaan terkontrol. Sedangkan jenis penelitian ini yaitu penelitian quasy eksperimen. Sugiyono (2014) mendefinisikan penelitian quasi eksperimental adalah penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali. Quasi eksperiment ini berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variable-variable dari luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasi eksperimental dengan rancangan one group pretest and posttest design, yaitu suatu pengukuran yang dilakukan pada saat sebelum dan sesudah penelitian dengan dua kelompok perlakuan (Hidayat, 2012). Pada rancangan ini, terdiri dari 2 kelompok dimana 1 kelompok dilakukan pijat oksitosin dan 1 kelompok dilakukan Pijat Oketani. Rancangan ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Bagan 3.1 Desain penelitian two group pre test and post test design (Sugiyono, 2014)

Keterangan :

- O1 : Observasi sebelum perlakuan kelompok 1
- O2 : Observasi setelah perlakuan kelompok 1
- O3 : Observasi sebelum perlakuan kelompok 2
- O4 : Observasi setelah perlakuan kelompok 2
- X1 : Perlakuan Pijat Oksitosin
- X2 : Perlakuan Pijat Oketani

Pada design ini tes yang dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan sesudah diberikan perlakuan eksperimen. Tes yang dilakukan sebelum mendapatkan perlakuan disebut pretest. Pretest diberikan pada kelas eksperimen (O1 dan O3). Setelah dilakukan pretest, penulis memberikan perlakuan berupa pijat oksitosin (X1) dan pijat oketani (X2), pada tahap akhir penulis memberikan posttest (O2 dan O4).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin dan pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu post partum di PMB Suryani Balikpapan dengan mengambil sampel sebanyak 30 ibu post partum pada saat dilakukannya penelitian dimana 15 orang yang dilakukan pijat oksitosin dan 15 orang yang dilakukan pijat oketani.

1. Analisa Data

Karakteristik subyek penelitian ini terdiri dari usia, pendidikan, pekerjaan dan paritas ibu. Hasil analisis berdasarkan karakteristik responden sebagai berikut :

Tabel 4.1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	n	Presentase	Jumlah		ASI		Ibu	
			<100cc	%	100-150cc	%	>150cc	%
Umur								
20 - 24 Tahun	10	33,33 %	9	90 %	1	10 %	0	0 %
25 - 29 Tahun	6	20 %	5	83,33 %	1	16,66 %	0	0 %
30 - 34 Tahun	6	20 %	5	83,33 %	1	16,66 %	0	0 %
> 35 Tahun	8	26,67 %	6	75 %	2	25 %	0	0 %
Pendidikan								
SD	2	6,66 %	2	100 %	0	0 %	0	0 %
SMP	13	43,33 %	10	76,92 %	3	23,07 %	0	0 %
SMA	15	50 %	13	86,67 %	2	13,33 %	0	0 %
Pekerjaan								
IRT	28	93,33 %	23	83,13%	5	17,85 %	0	0 %
Swasta	2	6,67 %	2	100 %	0	0 %	0	0 %
Paritas								
Primipara	14	46,66 %	13	92,85 %	1	7,14 %	0	0 %
Multipara	16	53,33 %	12	75 %	4	25 %	0	0 %

Pada tabel distribusi karakteristik responden berdasarkan usia dibagi menjadi empat kelompok yakni 20-24 tahun, 25-29 tahun, 30-34 tahun, dan >35 tahun. Pada karakteristik umur dapat diketahui dari 30 responden sebagian besar mempunyai usia 20 - 24 tahun sebanyak 10 responden (33,33%). Pada karakteristik pendidikan dibagi menjadi tiga kelompok yakni SD, SMP, dan SMA yang sebagian besar mempunyai pendidikan SMA dengan sebanyak 15 responden (50%).

Pada karakteristik pekerjaan dibagi menjadi 2 kelompok yakni IRT dan Swasta, sebagian besar responden memiliki pekerjaan IRT sebanyak 28 responden (93,33%). Pada karakteristik paritas dibagi menjadi 2 kelompok yakni primipara dan multipara, dapat diketahui dari 30 responden sebagian besar responden berparitas multipara sebanyak 16 responden (53,33%).

Jumlah ASI pada responden dibagi menjadi tiga kelompok yakni <100 cc (Sedikit), 100-150 cc (Sedang), dan >150 cc (Banyak). Pada jumlah ASI tiap responden berdasarkan umur 20-24 tahun sebanyak 9 dari 10 orang (90%) yang jumlah ASI nya sedikit yakni kurang dari 100cc, berdasarkan umur 25-29 tahun sebanyak 5 dari 6 orang (83,33%) yang jumlah ASI nya sedikit yakni kurang dari 100cc, berdasarkan umur 30-35 tahun sebanyak 5 dari 6 orang (83,33%) yang jumlah ASI nya sedikit yakni kurang dari 100 cc, berdasarkan umur >35 tahun sebanyak 6 dari 8 orang (75%) yang jumlah ASI nya sedikit yakni kurang dari 100cc.

Pada jumlah ASI tiap responden berdasarkan Pendidikan terakhir SD sebanyak 2 dari 2 orang (100%) yang jumlah ASI nya sedikit (<100 cc), berdasarkan Pendidikan terakhir SMP sebanyak 10 dari 13 orang (76,92%) yang jumlah ASI nya sedikit (<100 cc), berdasarkan Pendidikan terakhir SMA sebanyak 13 dari 15 orang (86,67%) yang jumlah ASI nya sedikit (<100 cc).

Pada jumlah ASI tiap responden berdasarkan pekerjaan IRT sebanyak 23 dari 28 orang (83,13%) yang jumlah ASI nya sedikit (<100 cc), berdasarkan pekerjaan Swasta sebanyak 2 dari 2 orang (100%) yang jumlah ASI nya sedikit (<100%). Pada responden berdasarkan paritas Primipara sebanyak 13 dari 14 orang (92,85 %) yang jumlah ASI nya sedikit (<100 cc), berdasarkan paritas Multipara sebanyak 12 dari 16 orang (75%) yang jumlah ASI nya sedikit yakni kurang dari 100 cc.

2. Produksi ASI pada ibu post partum sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin PMB Suryani Balikpapan

Berdasarkan hasil observasi selanjutnya data dianalisis. Oleh karena data berbentuk numerik, maka penyajian data berupa nilai mean, minimum, maksimum dan standar deviasi.

Tabel 4.2. Produksi ASI pada ibu post partum sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin

Produksi ASI	Mean	Standar Deviasi	Minimum-Maksimum
<i>Pre pijat oksitosin</i>	49,380	25,617	20-100
<i>Post pijat oksitosin</i>	102,190	31,726	60-160

Berdasarkan hasil pengumpulan data produksi ASI sebelum melakukan pijat oksitosin diperoleh data nilai rata-rata (mean) 49,38 ml, nilai standar deviasi 25,617 ml, nilai minimum 20 ml dan nilai maksimum 100 ml. Sedangkan produksi ASI setelah melakukan pijat oksitosin diperoleh data nilai rata-rata (mean) 102,190 ml, nilai standar deviasi 31,726 ml, nilai minimum 60 ml dan nilai maksimum 160 ml.

3. Produksi ASI pada ibu post partum sebelum dan sesudah dilakukan pijat oketani di PMB Suryani Balikpapan

Berdasarkan hasil observasi selanjutnya data dianalisis. Oleh karena data berbentuk numerik, maka penyajian data berupa nilai mean, median, minimum, maksimum dan standar deviasi.

Tabel 4.3. Produksi ASI pada ibu post partum sebelum dan sesudah dilakukan pijat oketani

Produksi ASI	Mean	Standar Deviasi	Minimum-Maksimum
<i>Pre pijat oketani</i>	40,000	15,055	20-75
<i>Post pijat oketani</i>	76,560	32,849	30-140

Berdasarkan hasil pengumpulan data produksi ASI sebelum melakukan pijat oketani diperoleh data nilai rata-rata (mean) 40,000 ml, nilai standar deviasi 15,055 ml, nilai minimum 20 ml dan nilai maksimum 70 ml. Sedangkan produksi ASI setelah melakukan pijat oketani diperoleh data nilai rata-rata (mean) 76,560 ml, nilai standar deviasi 32,849 ml, nilai minimum 30 ml dan nilai maksimum 140 ml.

4. Efektifitas pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum di PMB Suryani Balikpapan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai produksi ASI, maka selanjutnya dilakukan analisa untuk menjelaskan perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin.

Tabel 4.4. Efektifitas pijat oksitosin pada produksi ASI ibu post partum

Produksi ASI	Mean	Mean Difference	Standar Error Difference	t_{hitung}	P value
Pre	49,380	52,813	4,207	12,552	0,000
Post	102,190				

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji paired t test untuk melihat perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin terdapat selisih 52,813, hasil uji statistik diperoleh hasil nilai p value $0,000 < \alpha 0,05$ dan nilai $t_{hitung} 12,552 > t_{tabel} (n-1)(1/2\alpha) = 2,131$. Yang menunjukkan bahwa H_0 ditolak yang artinya terdapat efektifitas produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin pada post partum PMB Suryani Balikpapan.

5. Efektifitas pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu post partum di PMB Suryani Balikpapan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai produksi ASI, maka selanjutnya dilakukan analisa untuk menjelaskan perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah pijat oketani.

Tabel 4.5. Efektifitas pijat oketani pada produksi ASI ibu post partum

Produksi ASI	Mean	Mean Difference	Standar Error Difference	t_{hitung}	P value
Pre	40,000	36,563	5,258	6,953	0,000
Post	76,560				

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji paired t test untuk melihat perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah pijat oketani terdapat selisih 36,563, hasil uji statistik diperoleh hasil nilai p value $0,000 < \alpha 0,05$ dan nilai $t_{hitung} 6,953 > t_{tabel} (n-1)(1/2\alpha) = 2,131$. yang menunjukkan bahwa H_0 ditolak yang artinya terdapat perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oketani pada post partum PMB Suryani Balikpapan.

B. Pembahasan

1. Produksi ASI pada ibu post partum sebelum dan sesudah dilakukan Pijat Oksitosin di PMB Suryani Balikpapan

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pijat oksitosin pada hari II post partum produksi ASI ibu masih sedikit. Setelah itu dilakukan intervensi berupa pijat oksitosin terhadap ibu dimana hasilnya produksi ASI mengalami peningkatan dimana produksi ASI yang diukur pada hari ke IV pada kunjungan rumah meningkat rata-ratanya menjadi 52,813 dengan jumlah produksi ASI minimal 20 ml dan produksi ASI maksimal 100 ml. Dengan demikian terlihat adanya kenaikan produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi.

ASI yang keluar pertama kali setelah melahirkan di sebut kolostrum seperti yang dikemukakan oleh Astutik (2014) Kolostrum adalah cairan kental dapat pula encer yang berwarna kekuningan yang di berikan pertama pada bayi yang megandung sel hidup menyerupai sel darah putih yang dapat membunuh kuman dan bakteri penyakit. Kolostrum juga melapisi usus pada bayi sehingga terlindung dari kuman dan bakteri penyakit. Kolostrum yang disekresikan oleh kelenjar dari hari pertama sampai keempat, pada awal menyusui, kolostrum yang keluar kira-kira sesendok teh.

Menurut Rahayu (2019) Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidak lancarn Produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang (vertebrae) sampai tulang costae kelima -keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijat oksitosin di lakukan dalam rangka meningkatkan ketidaklancaran Produksi ASI. Pijat oksitosin bisa dibantu oleh nenek atau ayah bayi. Pijat oksitosin ini di lakukan untuk merangsang refleks oksitoin atau reflek let down.

Menurut Dinkes DIY (2015) Faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif selanjutnya adalah rasa nyaman, setelah ibu melahirkan, ibu akan mengalami rasa tidak nyaman diseluruh tubuh, stres dan khawatir tidak bisa mencukupi kebutuhan ASI untuk buah hatinya. Hal ini akan menghambat sekresi hormon oksitosin. Hormon oksitosin adalah hormon yang berperan dalam pengeluaran ASI. Apabila sekresi hormon oksitosin terhambat, pengeluaran ASI menjadi tidak lancar. Pengeluaran ASI yang tidak lancar dapat menimbulkan pembengkakan pada payudara, jika tidak segera diatasi akan berdampak lebih lanjut yaitu dapat menyebakan mastitis dan infeksi.

Salah satu cara untuk merangsang hormon oksitosin dan meningkatkan rasa nyaman adalah dengan pijat oksitosin (Ummah, 2014). Melalui pemijatan pada tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hipotalamus untuk mengeluarkan oksitosin. Dengan pijat oksitosin ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress serta meningkatkan rasa nyaman (Perinasia, 2007 dalam Wulandari, 2014).

Pijat oksitosin dapat mengurangi ketidak nyamanan fisik serta memperbaiki mood. Pijat yang dilakukan disepanjang tulang belakang ini juga dapat merileksasikan ketegangan pada punggung dan menghilangkan stres sehingga dapat memperlancar pengeluaran ASI (Mulyani 2009, dalam Wulandari, 2014). Penelitian yang dilakukan oleh Setyowati (2018) menunjukkan bahwa rata-rata produksi ASI sebelum diberikan pijat oksitosin adalah 1,933 ml dan rata-rata produksi ASI setelah dilakukan pijat oksitosin adalah 8.353 ml, hal ini menunjukkan terdapat sementara dalam penelitian yang dilakukan sementara penelitian yang dilakukan volume produksi ASI sebelum dilakukan intervensi sebanyak 49,38 ml dan sesudah dilakukan intervensi meningkat menjadi 102,19. Hal ini menjelaskan bahwa penelitian ini mendukung penelitian Setyowati (2018) bahwa produksi ASI meningkat setelah dilakukan intervensi yaitu pijat oksitosin.

Intervensi yang dilakukan diharapkan dapat membantu memperlancar produksi ASI setelah dilakukan intervensi setelah hari ke IV. Menurut peneliti, produksi ASI pada ibu post partum sesudah dilakukan pijat oksitosin ibu menjadi lebih rileks, ibu lebih nyaman dan makan menjadi lebih enak sehingga dengan mengkonsumsi makanan yang banyak, akan meningkatkan produksi ASI. Rileks yang dirasakan ibu disebabkan karena pijat oksitosin akan merangsang hormon oksitosin dan merangsang pelapasan hormon adrenalin yang mampu meningkatkan kenyamanan dan ketenangan pada ibu.

2. Produksi ASI pada ibu post partum sebelum dan sesudah dilakukan Pijat

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pijat oketani pada hari ke II post partum produksi ASI ibu masih sedikit. Setelah itu dilakukan

intervensi berupa pijat oketani terhadap ibu dimana hasilnya produksi ASI mengalami peningkatan dimana produksi ASI yang diukur pada hari ke IV pada kunjungan rumah meningkat rata-ratanya menjadi 36,563 dengan jumlah produksi ASI minimal 30 ml dan produksi ASI maksimal 140 ml. Dengan demikian terlihat adanya kenaikan produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi.

Sebelum dilakukan intervensi menunjukkan bahwa jumlah ASI masih sangat sedikit sehingga beberapa ibu belum dapat memberikan ASI kepada bayinya. Hal ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahayuningsih (2016) yang menjelaskan bahwa kenyataan di Rumah Sakit menunjukkan produksi dan ejeksi ASI pada ibu pasca-persalinan yang sedikit pada hari pertama setelah melahirkan menjadi kendala dalam pemberian ASI secara dini.

Pijat oketani merupakan upaya dengan perawatan khusus lewat pemberian rangsangan terhadap otot-otot buah dada ibu, dengan cara pengurutan atau masase, sehingga diharapkan dapat memberi rangsangan kepada kelenjar air susu ibu untuk memproduksi air susu ibu tersebut (Jahriani, 2019). Pijat Oketani juga mampu merangsang sekresi hormon oksitosin, sehingga dapat merangsang produksi ASI sedini mungkin. Rangsangan puting susu dan tehnik pemijatan saat dilakukan pijat oketani, menghasilkan latihan seperti efek saat bayi melakukan hisapan pada payudara ibu sehingga memicu pengeluaran ASI (Tamboyang, 2017)

Menurut Astutik (2014) volume ASI yang diproduksi dan dikeluarkan oleh kelenjar payudara dapat berbeda berdasarkan faktor yang mempengaruhinya seperti makanan yang dikonsumsi ibu, ketenangan jiwa dan pikiran, penggunaan alat kontrasepsi, perawatan payudara, anatomi payudara, faktor fisiologis, pola istirahat, faktor isapan anak atau frekuensi penyusuan, berat lahir bayi, umur kehamilan saat melahirkan, dan konsumsi rokok serta alkohol.

Menurut Elliot Rudder, dkk (2014) Pengetahuan mengenai ASI, niat ketrampilan, pengalaman menyusui, dukungan structural dan interpersonal sangat penting dalam mempengaruhi eksklusivitas dan durasi menyusui). Kondisi ibu yang terlalu letih dan kurang istirahat akan menyebabkan ASI berkurang, hal yang bisa diantisipasi dengan mengikuti pola tidur bayi, setidaknya ibu bisa terbantu dengan mendapatkan waktu istirahat yang lebih cukup (Ria, 2012).

Menurut asumsi peneliti, pijat oketani yang dilakukan terhadap ibu membuat ASI tidak tersumbat, karena massage yang dilakukan terhadap ibu menyebabkan kotoran-kotoran pada payudara terutama yang berada pada puting susu dapat dibersihkan, hal ini juga berdampak pada lancarnya ASI yang keluar.

3. Efektifitas Pijat Oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum di PMB Suryani Balikpapan

Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan produksi ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin dilihat dari nilai p value $0,000 < \alpha 0,05$. Hal ini membuktikan bahwa pijat oksitosin berpengaruh meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum, hal ini dapat dilihat dari produksi ASI sebelum intervensi memiliki rata-rata 49,38 ml dan setelah dilakukan intervensi selama 3 hari dan pada hari ke IV produksi ASI meningkat menjadi 102,19 ml atau terjadi kenaikan jumlah produksi ASI sebesar 52,813 ml.

Pijat oksitosin adalah pemijatan yang dilakukan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima - keenam dan merupakan upaya untuk meningkatkan produksi hormon prolaktin dan oksitosin setelah proses persalinan yang bertujuan untuk meningkatkan produksi ASI (Rahayu et al., 2015). Tindakan Pijat Oksitosin ini mampu meningkatkan produksi hormon oksitosin yang mana dapat

meningkatkan kenyamanan pada Ibu menyusui. Selain itu produksi hormon oksitosin juga mampu meningkatkan kontraksi mioepitel kelenjar mammae sehingga pengeluaran ASI semakin banyak dan lancar. Bila ibu menyusui mengalami stress atau ketidaknyamanan, maka akan terjadi hambatan dari refleks let down sehingga akan menurunkan produksi ASI. Hal ini dikarenakan karena ada pelepasan hormon adrenalin yang menyebabkan vasokonstriksi dari pembuluh darah alveoli, sehingga oksitosin yang mampu mencapai target organ mioepitelium kelenjar mammae hanya sedikit. Selain itu akan terjadi juga pengeluaran hormon noradrenalin pada sistem syaraf pusat sehingga sesuai dengan mekanisme kerja kedua substansi kimia ini akan menyebabkan terhambatnya milk ejection reflex dan akhirnya produksi ASI akan menurun (Riordan & Auerbach, 2010).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat oksitosin mempengaruhi produksi ASI, hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Widyani (2015) bahwa hormon oksitosin yang bekerja nantinya akan merangsang otot polos untuk memeras ASI yang ada pada alveoli, lobus, serta duktus yang berisi ASI kemudian di keluarkan melalui putting susu. Salah satu upaya tindakan alternatif yang dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI adalah pijat oksitosin (Lestari, 2017). Manfaat pijat oksitosin yang lain adalah dapat merangsang reflex let down pada bayi, memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak pada payudara, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, dan mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Delima et al., 2016).

Menurut asumsi peneliti pijat oksitosin yang dilakukan terhadap ibu post partum terlihat adanya peningkatan jumlah ASI dibandingkan sebelum dilakukan pijat oksitosin, hal ini karena pijat oksitosin dapat merangsang reflex let down pada bayi, mengurangi bengkak pada payudara, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, selain itu pijat oksitosin mampu meningkatkan kontraksi mioepitel kelenjar mammae sehingga pengeluaran ASI semakin banyak dan meningkatkan produksi ASI.

4. Efektifitas Pijat Oketani terhadap produksi ASI pada ibu post partum di PMB Suryani Balikpapan

Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan produksi ASI sebelum dan sesudah pijat oketani dilihat dari nilai p value $0,000 < \alpha 0,05$. Hal ini membuktikan bahwa pijat oketani berpengaruh meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum, hal ini dapat dilihat dari produksi ASI sebelum intervensi memiliki rata-rata 40,000 ml dan setelah dilakukn intervensi selama 3 hari dan pada hari ke IV produksi ASI meningkat menjadi 76,56 ml atau terjadi kenaikan jumlah produksi ASI sebesar 36,563 ml.

Berdasarkan hasil observasi produksi ASI ibu post partum normal menunjukkan hasil penelitian bahwa jumlah produksi ASI dengan tindakan pijat oketani rata-rata 76,56 ml. Hal tersebut membuktikan bahwa dengan perawatan payudara melalui pijat oketani dapat meningkatkan produksi ASI. Menurut Maryunani (2019), pijat oketani disebut juga dengan perawatan payudara yang bertujuan untuk memelihara kebersihan payudara, memperbanyak atau memperlancar pengeluaran ASI sehingga dapat dengan mudah untuk proses menyusui.

Pijat oketani disebut juga dengan perawatan payudara yaitu upaya dengan perawatan khusus lewat pemberian rangsangan terhadap otot-otot buah dada ibu, dengan cara pengurutan atau masase, sehingga diharapkan dapat memberi rangsangan kepada kelenjar air susu ibu untuk memproduksi air susu ibu tersebut (Jahriani, 2019)). Pijat oketani juga mampu merangsang sekresi hormon oksitosin, sehingga dapat merangsang produksi ASI sedini mungkin. Rangsangan putting susu dan tehnik pemijatan saat dilakukan perawat payudara, menghasilkan latihan seperti efek saat bayi melakukan hisapan pada payudara

ibu sehingga memicu pengeluaran ASI (Tamboyang, 2017).

Pijat Oketani pada post partum merupakan suatu perawatan payudara pada ibu post partum berupa masase/pemijatan yang sangat diperlukan untuk menjaga kebersihan dan mempertahankan kelancaran aliran ASI (Tamboyang, 2019). Pijat oketani yang baik dapat meningkatkan produksi ASI karena ibu melakukan perawatan payudara secara teratur yaitu membersihkan puting susu, memijit puting susu, melakukan pengurutan payudara dan melakukan perangsangan payudara. Pijat oketani merupakan salah satu cara perawatan payudara untuk meningkatkan produksi ASI (UMP, 2019).

Menurut Harni, Koesna dalam Saragih (2015) menyusui dan merawat payudara adalah satu rangkaian untuk memperbanyak produksi ASI dan menyusui dengan benar, sehingga bayi mendapatkan ASI yang cukup. ASI akan mempengaruhi tumbuh kembang bayi dan menentukan kualitas anak dimasa depan. perawatan payudara adalah membersihkan dan melakukan perawatan payudara sesudah melahirkan untuk melancarkan proses laktasi. Menurut Saryono dan Pramitasari dalam Soleha (2019), gerakan pada pijat oketani merupakan cara yang efektif untuk meningkatkan volume ASI, selain itu bermanfaat untuk melancarkan reflek pengeluaran ASI, dan mencegah bendungan pada payudara.

Hal ini didukung oleh penelitian Soleha (2019) menunjukkan bahwa terbuktinya hipotesis dalam yang berarti pijat payudara berpengaruh terhadap terhadap produksi ASI pada ibu nifas. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyebutkan bahwa gerakan pada pijat oketani bermanfaat melancarkan reflek pengeluaran ASI. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang peneliti lakukan dimana terdapat kenaikan produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oketani dengan kenaikan yang signifikan.

Menurut asumsi peneliti peningkatan produksi ASI pada ibu post partum setelah dilakukan pijat oketani disebabkan karena peneliti keberhasilan produksi ASI setelah dilakukan pijat oketani karena pijat oketani yang dilakukan secara langsung membuat payudara akan terangsang sehingga hormon prolaktin akan keluar dan produksi ASI akan bertambah. Selain itu dengan perawatan payudara sirkulasi darah menjadi lancar mencegah penghambatan saluran susu, sehingga proses keluarnya ASI menjadi lancar.

C. Keterbatasan Penelitian

1. Dalam penelitian tidak melibatkan faktor frekuensi menyusu bayi yang bisa menjadi perancu dalam penelitian.
2. Peneliti tidak melibatkan faktor perancu seperti pola istirahat dan gizi ibu post partum.
3. Penelitian ini tidak melakukan tes untuk menilai kadar oksitosin melalui laboratorium

KESIMPULAN

1. Karakteristik reponden berdasarkan umur adalah 20-24 tahun sebanyak 10 orang (33,33%) dan 9 di antaranya memiliki jumlah ASI sedikit (<100 cc), pendidikan terakhir SMA sebanyak 15 orang (50%) dan 13 di antaranya memiliki jumlah ASI yang sedikit (<100 cc), pekerjaan IRT sebanyak 28 responden (93,33%) dan 23 diantaranya memiliki jumlah ASI sedikit (<100 cc), paritas multipara sebanyak 16 responden (53,33%) dan 12 diantaranya memiliki jumlah ASI sedikit (<100 cc).
2. Produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin diperoleh data nilai rata-rata (mean) 49,38 ml dan setelah dilakukan pijat oksitosin diperoleh data nilai rata-rata (mean) 102,19 ml.
3. Produksi ASI sebelum dilakukan pijat oketani diperoleh data nilai rata-rata (mean) 40,000 ml dan setelah dilakukan pijat oketani diperoleh data nilai rata-rata (mean) 76,56 ml.
4. Pijat oksitosin efektif terhadap produksi ASI pada ibu bersalin PMB Suryani

- Balikpapan dengan nilai p value 0,000. Terdapat selisih produksi ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin dengan selisih rata-rata sebesar 52,813 ml.
5. Pijat oketani efektif terhadap produksi ASI pada ibu bersalin PMB Suryani Balikpapan tahun 2021 dengan nilai p value 0,000. Terdapat selisih produksi ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin dengan selisih rata-rata sebesar 36,563 ml.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiani, N. A. (2016). Analisa Pijat Oksitosin Pada Asuhan Keperawatan Ketidak Efektifan Pemberian ASI Di Ruang Flamboyan RS Prof Margono Soekarjo Purwokerto.
- Amin, M. (2014). Efektifitas Massase Rolling (Punggung) terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Operasi Sectio Caesarea di RS Muhammadiyah Palembang.
- Arifeen, S. (2014). Exclusive Breastfeeding Reduce Acute Respiratory Infection and Diarrhea Deaths Among Infants in Dhaka Slums. 108(4).
- Asih, Yusari, R. (2018). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 2.
- Astutik, R. Y. (2014). Payudara dan Laktasi. Salemba Medika.
- Asih, Yusari, R. (2018). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 2.
- Bobak, L. (2014). Keperawatan Maternitas, Edisi 4. EGC.
- Dahlan, M., & S. (2014). Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan. Salemba Medika.
- 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>
- Desmawati. (2015). Penentu Kecepatan Pengeluaran ASI setelah SC. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 7(8).
- Fikawati, S. (2015). ASI Eksklusif dan Persepsi Ketidakcukupan ASI.
- Handayani, E. T., & Rustiana, E. (2020). PERAWATAN PAYUDARA DAN PIJAT OKSITOSIN MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM PRIMIPARA. *Jurnal Kebidanan Malahayati*. <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i2.2600>
- Haryono R, Setianingsih, S. (2014). Manfaat Asi Eksklusif Untuk Buah Hati Anda. Gosyen Publishing.
- Hastono, S. P. (2017). Analisa Data Pada Bidang Kesehatan. Raja Grafindo Persada.
- Idawati. (2014). Asuhan Kebidanan Nifas dan Ibu Menyusui. KDT.
- Indrayani, A. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin dan Pijat Payudara terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum di RB Citra Lestari kecamatan Bojonggede Kota Bogor Tahun 2018. *Women's Health*.
- Kemenkes RI. (2018). Situasi & Analisis ASI Eksklusif. Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Profil Kesehatan Indonesia 2017. Kemenkes RI.
- Kodrat. (2014). Dahsyatnya ASI dan Laktasi untuk Kecerdasan Buah Hati Anda. Media Baca.
- Kumalasari, I. (2015). Perawatan Antenatal, Intranatal, Postnatal Bayi Baru Lahir dan Konsepsi. Salemba Medika.
- Lestari. (2017). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Kecamatan Malalayang Kota Manado. *Community Health*.
- Lisa, U. F., & Ismayucha, N. (2018). Efektivitas Kombinasi Pijat Oksitosin dan Breast Care terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Post Partum Normal. *JOURNAL OF HEALTHCARE TECHNOLOGY AND MEDICINE*. <https://doi.org/10.33143/jhtm.v4i2.202>
- Marmi. (2015). Asuan Kebidanan Pada Masa Nifas “Pleurperium Care.” Pustaka Belajar.
- Maryunani, A. (2015). Inisiasi Menyusu Dini, Asi Eksklusif dan Manajemen Laktasi.
- Notoatmodjo, S. (2014). Metodologi Penelitian Kesehatan. PT. Rineka Cipta.
- Nurliza, dkk. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin dan Breast Care terhadap Produksi ASI Ibu Nifas di Klinik Utama AR Pasar Rebo. *Jurnal Ilmiah Kesehatan & Kebidanan Kesehatan Kebidanan*, IX No. 1.

- Nursalam. (2014). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan Edisi 2. Salemba Medika.
- Nursalam. (2017). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. Salemba Medika.
- Pollard, M. (2016). Asi Asuhan Berbasis Bukti. EGC.
- Saleha. (2014). Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas. Salemba Medika.
- Sinaga, N. O. dkk. (2015). Comparison of Breast Care and oxytocin Massage Effect on Milk Production Post Caesarean Delivery in The Postnatal Care Unit RSUD Bandung. Prosiding The 3rd International Conference.
- Soleha Nur sitti. (2019). Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas. Jurnal Ilmiah Kebidanan, 6(2).
- Sudigdo. (2014). Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis. Sagung Seto.
- Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Alfabeta.
- Suharti. (2018). Perbandingan Pijat Oketani dan Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum Hari Pertama sampai Hari Ketiga di Rumah Sakit TK II Pelamonia Makassar.
- Sukmadinata. (2014). Metode penenelitian pendidikan. PT Remaja Rosdakarya.
- Sulistiyawati. (2014). Buku Ajar Asuhan Kebidanan dan Pada Ibu Nifas. CV. Andi.
- Tamboyang. (2015). Patofisiologi untuk Keperawatan. EGC.
- Umar, N. (2014). Multitasking Breastfeeding Mama. Pustaka Bunda.
- Utami, et al. (2020). Effectiveness of Oxytocin Massage and Breast Treatment about Adequacy of Breast Milk in Post Partum. European Journal of Molecular & Clinical Medicine, 07(02).
- Vaikoh, E. (2017). Pijat Oksitosin dengan Relaksasi Murotall Al-Qur'an untuk Memperlancar Produksi ASI Ibu Nifas Ny. S Umur 29 Tahun di BPM Ida 97. Artikel Ilmiah.
- Vania, Syukrianti. (2020). Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota
- Widyani. (2015). Ilmu Obstetri & Ginekologi Sosial untuk Kebidanan. Pustaka Baru Press.
- Wiknjosastro, H. (2015). Ilmu Kebidanan. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.