

PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KELANCARAN ASI PADA IBU *POST PARTUM*

Oleh :

Novita Sari Batubara¹⁾, Sri Sartika Sari Dewi¹⁾

^{1,2} STIKes Aufa Royhan Padangsidimpuan

¹novitabatubara87@gmail.com,

²srisartikasari82@gmail.com

Abstrak

Berdasarkan data UNICEF (2013), sebanyak 136,7 juta bayi lahir diseluruh dunia dan hanya 32,6% dan mereka yang disusui secara eksklusif dalam 6 bulan pertama. Berdasarkan target program pemerintah tahun 2014 adalah sebesar 80%, hal ini tentu saja masih jauh dari target, begitu juga dengan persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan di provinsi Sumatra Utara di tahun 2014 sebesar 37,6% maka secara nasional cakupan pemberian ASI belum mencapai target. ASI bermanfaat untuk menjaga ketahanan tubuh bayi karena mengandung zat anti infeksi. Oleh karena itu, untuk memperlancar produksi ASI dapat dilakukan dengan merangsang refleks oksitosinnya itu dengan pijat oksitosin. Dengan dilakukan pijat oksitosin, ibu akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan hilang sehingga dapat membantu merangsang pelepasan hormon oksitosin. Tujuan Penelitian untuk mengidentifikasi perbedaan kelancaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin. Metode penelitian adalah *quasy* eksperimen yaitu rancangan yang berupaya untuk mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok kontrol disamping kelompok eksperimen dengan rancangan *post test only*. Hasil uji wilcoxon menunjukkan ($p=0,001$), secara statistik terdapat perbedaan kelancaran ASI yang bermakna antara kelompok eksperimen dengan perlakuan pijat oksitosin dengan kelompok kontrol tanpa perlakuan.

Kata kunci: Pijat Oksitosin, Kelancaran ASI, *Post Partum*

1. PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif sekurang-kurangnya selama 6 bulan pertama kehidupan dan dilanjutkan dengan makanan pendamping sampai usia 2 tahun. American Academy of pediatrics (AAP), Academy of Breastfeeding Medicine (ABM) dan ikatan dokter anak Indonesia (IDAI) merekomendasikan hal yang sama tentang pemberian ASI eksklusif sekurang-kurangnya 6 bulan (Suradi, 2010).

Cakupan Pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kelahiran dapat mencegah kematian sekitar 1,3 juta bayi diseluruh dunia tiap tahun. Cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0 sampai 6 bulan di Indonesia pada tahun 2014 sebesar 52,3%. Berdasarkan target program pemerintah tahun 2014 adalah sebesar 80%, hal ini tentu saja masih jauh dari target, begitu juga dengan persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan di provinsi Sumatra Utara di tahun 2014 sebesar 37,6% maka secara nasional cakupan pemberian ASI belum mencapai target (SDKI, 2014).

Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Kota Padangsidimpuan tahun 2017, dari 9 buah puskesmas yang ada di kota Padangsidimpuan, Puskesmas Labuhan Rasoki merupakan puskesmas yang memiliki cakupan paling rendah sebesar 2,3%. Hal ini masih jauh dari target nasional sebesar 80%.

ASI bermanfaat untuk menjaga ketahanan tubuh bayi karena mengandung zat anti infeksi

yaitu zat immune modulator serta zat gizi yang unik seperti karbohidrat berupa laktosa, lemak yang banyak (asam lemak tak jenuh ganda), protein utama berupa *lactalbumin* yang mudah dicerna, kandungan vitamin dan mineral yang banyak (Venter et al, 2008).

Oleh karena itu, untuk memperlancar produksi ASI dapat dilakukan dengan merangsang refleks oksitosinnya itu dengan pijat oksitosin. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada daerah tulang belakang leher, punggung atau sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima sampai (Nugroho, 2011).

Pijat oksitosin dilakukan untuk merangsang oksitosin atau reflexlet down. Pijat oksitosin ini dilakukan dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang. Dengan dilakukan pemijatan ini, ibu akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan hilang sehingga dapat membantu merangsang pelepasan hormone oksitosin (Mardiyaningsih, 2010).

Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian adalah mengidentifikasi perbedaan kelancaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin.

2. METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasy* eksperimen yaitu rancangan yang berupaya untuk mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok kontrol

disamping kelompok eksperimen dengan rancangan *post test only*.

Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Labuhan Rasoki Kota Padangsidimpuan.

Populasi dan Sampel

Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan ibu dengan menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Labuhan Rasoki Kota Padangsidimpuan. Data dari kunjungan bulan Januari-Juni 2018 sebanyak 80 orang.

Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang mewakili populasi. Untuk menentukan besar sampel peneliti menggunakan rumus :

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

Keterangan :
N = Jumlah populasi

n = Jumlah sampel

d = ketetapan relatif (0,05)

Dari rumus di atas dapat kita lihat jumlah sampel yang dijadikan responden pada penelitian ini, yaitu :

$$n = \frac{80}{1 + 80(0,05)^2}$$

$$n = \frac{80}{1,195} \quad n = 66$$

Dengan demikian jumlah sampel yang akan diteliti adalah 66 orang. Dimana 33 responden pada kelompok intervensi dan 33 responden pada kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan *accidental sampling*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Analisis univariat ini bertujuan mendeskripsikan data yang bersifat numerik dicari mean dan standar deviasinya. Data karakteristik responden yaitu umur, pendidikan dan pekerjaan pada kelompok intervensi dan kontrol.

Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Responden berdasarkan umur, pendidikan dan pekerjaan pada Kelompok Kasus dan Kelompok Kontrol

No	Umur	Kelompok Kasus		Kelompok kontrol	
		n	%	n	%
1	>20 tahun	3	9,1	7	21,2
2	20-35 tahun	27	81,8	19	57,6
3	>35 tahun	3	9,1	7	21,2
Jumlah		33	100	33	100
Pendidikan					
1	SD	5	15,2	2	6,1
2	SMP	10	30,3	12	36,4
3	SMA	12	36,4	16	48,5
4	Perguruan Tinggi	6	18,2	3	9,1
Jumlah		33	100	33	100

Pekerjaan					
1	IRT (Ibu Rumah Tangga)	13	39,4	24	72,7
2	PNS	2	6,1	2	6,1
3	Wiraswasta	5	15,2	2	6,1
4	Petani	13	39,4	5	15,2
Jumlah		33	100	33	100

Berdasarkan tabel 5.1 karakteristik responden berdasarkan umur mayoritas ibu *post partum* berumur 20-35 tahun berjumlah 27 orang (81,8%) kelompok kasus dan 19 orang (57,6%) kelompok kontrol. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan mayoritas ibu *post partum* berpendidikan SMA berjumlah 12 orang (36,4%) pada kelompok kasus dan 16 orang (48,5 %) pada kelompok kontrol. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan mayoritas ibu *post partum* mayoritas bekerja sebagai IRT (ibu rumah tangga) dan petani masing-masing 13 orang (39,4%) pada kelompok kasus dan bekerja sebagai IRT (Ibu rumah tangga) 24 orang (72,2%).

Tabel 5.2 Distribusi Kelancaran ASI Responden pada Kelompok Kasus dan Kelompok Kontrol

No	Kelancaran ASI	Kelompok Kasus		Kelompok kontrol	
		N	%	n	%
1	Lancar	28	84,8	13	39,4
2	Tidak Lancar	5	15,2	20	60,6
Jumlah		33	100	33	100

Berdasarkan tabel 5.2 kelancaran ASI pada responden ibu *post partum* pada kelompok kasus mayoritas 28 orang (84,8%) lancar dan pada kelompok kontrol 20 orang (60,6%) tidak lancar.

Analisa Bivariat

Analisa data bivariat dilakukan dengan menggunakan uji statistik yaitu *Wilcoxon signed rank test* merupakan uji non parametrik yang digunakan untuk menganalisis data berpasangan karena adanya dua perlakuan yang berbeda.

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Kelompok Kontrol - Kelompok Eksperimen	Negative Ranks	17 ^a	10.00	170.00
	Positive Ranks	2 ^b	10.00	20.00
Ties		14 ^c		
Total		33		

- a. Kelompok Kontrol < Kelompok Eksperimen
- b. Kelompok Kontrol > Kelompok Eksperimen
- c. Kelompok Kontrol = Kelompok Eksperimen

Test Statistics ^a	
Z	Kelompok Kontrol - Kelompok Eksperimen -3.441 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on positive ranks.

Perbandingan kelancaran asi antara kelompok kasus setelah diberi pijat oksitosin dengan kelompok kontrol tanpa perlakuan, terdapat 17 ibu pada kelompok kontrol mengalami asi tidak lancar, 14 ibu tetap dan 2 rang ibu pada kelompok eksperimen tetap mengalami asi tidak lancar setelah diberi perlakuan.

Hasil uji wilcoxon menunjukkan (p=0,001), secara statistik terdapat perbedaan

kelancaran asi yang bermakna antara kelompok kasus dengan perlakuan pijat oksitosin dengan kelompok kontrol tanpa perlakuan.

Pembahasan

Berdasarkan tabel 5.1 karakteristik responden berdasarkan umur mayoritas ibu *post partum* berumur 20-35 tahun berjumlah 27 orang (81,8%) kelompok kasus dan 19 orang (57,6%) kelompok kontrol.

Menurut penelitian umur ibu berpengaruh terhadap produksi ASI ibu yang berumur 20-35 tahun merupakan umur yang sistem reproduksinya masih sehat sehingga banyak memproduksi ASI dibanding dengan ibu yang lebih tua. Ibu yang lebih muda dapat menghasilkan cukup ASI dibandingkan dengan umur ibu diatas 35 Tahun.

Hal tersebut sesuai dengan teori Biancuzzo bahwa ibu-ibu yang lebih muda atau umurnya kurang muda akan lebih banyak memproduksi ASI daripada ibu-ibu yang lebih tua. Ibu dibandingkan ibu-ibu yang sudah tua. Hal tersebut juga sesuai teori Soetjiningsih bahwa ibu yang umurnya muda akan lebih banyak memproduksi ASI dibandingkan ibu yang sudah tua.

Berdasarkan tabel 5.1 Karakteristik responden berdasarkan pendidikan mayoritas ibu *post partum* berpendidikan SMA berjumlah 12 orang (36,4%) pada kelompok kasus dan 16 orang (48,5 %) pada kelompok kontrol.

Menurut penelitian pendidikan menengah SMA tergolong pendidikan lebih tinggi dibandingkan dengan pendidikan dasar SD sehingga ibu dengan pendidikan menengah mudah mencerna, menganalisa informasi yang didapatkan, oleh karena itu ibu tidak kesulitan mengaplikasikan informasi yang didapatkan.

Menurut (Notoadmodjo, 2012) semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin baik pula pengetahuan dibandingkan dengan tingkat pendidikan rendah pendidikan yang rendah mengakibatkan kurangnya pengetahuan dalam menghadapi dan memecahkan suatu masalah. Oleh karena itu, semakin tinggi pendidikan seseorang maka tuntutan terhadap kualitas kesehatan akan semakin tinggi, dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi umumnya akan mempunyai pengetahuan tentang gizi yang lebih baik dan mempunyai perhatian lebih besar terhadap kebutuhan gizi anak.

Berdasarkan tabel 5.1 Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan mayoritas ibu *post partum* mayoritas bekerja sebagai IRT (ibu rumah tangga) dan petani masing-masing 13 orang (39,4%) pada kelompok kasus dan bekerja sebagai IRT (Ibu rumah tangga) 24 orang (72,2%). Menurut peneliti pekerjaan juga mempengaruhi pemberian ASI, karena apabila seorang ibu kurang beristirahat, stress atau merasa cemas maka akan mempengaruhi jumlah ASI yang di produksi dan dapat menyebabkan nutrisi bayi berkurang.

Kecemasan dapat menyebabkan pikiran ibu terganggu dan ibu merasa tertekan (stress). Bila ibu mengalami stress maka akan terjadi pelepasan adrenalin yang menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah pada alveoli sehingga terjadi hambatan dari let-down-reflex sehingga air susu tidak mengalir. Kecemasan dan kelelahan ibu akan mempengaruhi let-down-reflex dan menurunnya produksi ASI (Wulandari dan Handayani, 2011).

Berdasarkan tabel 5.2 kelancaran ASI pada responden ibu *post partum* pada kelompok kasus mayoritas 28 orang (84,8%) lancar dan pada kelompok kontrol 20 orang (60,6%) tidak lancar.

Menurut peneliti, kelancaran ASI yang dialami ibu Wilayah Kerja Puskesmas Labuhan Rasoki setelah dilakukan pijat oksitosin pengeluaran ASI lancar. Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Hormon oksitosin akan keluar melalui pijatan pada tulang belakang ibu *post partum*, dengan pijatan pada tulang belakang ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintau bayinya, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Hanum, dkk (2012) dengan judul "efektivitas pijat oksitosin terhadap produksi ASI" yang menyatakan bahwa efek terhadap produksi ASI, produksi ASI lebih banyak dan ASI keluar lancar lebih awal yaitu pada hari ke-2. Sedangkan responden yang tanpa dilakukan pijat oksitosin memiliki produksi ASI yang sedikit, meskipun ASI keluar namun ASI keluar lebih lama yaitu pada hari 3-4 tahun.

Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costa 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 keluar.

Hasil uji wilcoxon menunjukkan ($p=0,001$), secara statistic terdapat perbedaan kelancaran asi yang bermakna antara kelompok eksperimen dengan perlakuan pijat oksitoxin dengan kelompok kontrol tanpa perlakuan.

Perbandingan kelancaran asi antara kelompok eksperimen setelah diberi pijat oksitoxin dengan kelompok kontrol tanpa perlakuan, terdapat 17 ibu pada kelompok kontrol mengalami asi tidak lancar, 14 ibu tetap dan 2 rang ibu pada kelompok eksperimen tetap mengalami asi tidak lancar setelah diberi perlakuan.

Menurut peneliti, kelancaran bisa disebabkan beberapa faktor diduga bayi tidak mendapatkan ASI dengan baik salah satunya adalah faktor pengetahuan ibu. Keengganan ibu untuk menyusui, kekhawatiran ibu mengenai perubahan

payudara setelah menyusui, rasa sakit saat menyusui, kelelahan saat menyusui dan merasa ASI nya tidak cukup mengakibatkan penurunan produksi ASI.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan diberikan pijat oksitosin akan lebih memperlancar produksi ASI pada ibu postpartum. Pijatan atau rangsangan pada tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hypothalamus di hypofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Pemijatan didaerah tulang belakang ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan begitu hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran ASI (Hamranani, 2010).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Wijayanti (2015) dengan judul "Pengaruh pijat oksitosin pada ibu postpartum terhadap produksi ASI di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta", didapatkan hasil adanya pengaruh pijat oksitosin pada ibu postpartum terhadap produksi ASI dengan p value 0,032 (<0,05). Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Maita (2016) dengan judul "Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu nifas di BPM Ernita, Amd.Keb Pekanbaru tahun 2016" didapatkan hasil p value 0,000 (<0,05) yang artinya adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu nifas. Selanjutnya penelitian yang dilakukan Delima, dkk. (2016) dimana dengan judul "Pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI ibu menyusui di Puskesmas Plus Mandiangin Bukittinggi 2016" dengan hasil p value 0,000 (<0,05) yang artinya adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI ibu menyusui.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Kelancaran ASI ibu *post partum* setelah dilakukan pijat oksitosin di Wilayah Kerja Puskesmas Labuhan Rasokipada kelompok kasus sebagian besar pengeluaran lancar 28 orang (84,8%).
2. Kelancaran ASI ibu *post partum* di Wilayah Kerja Puskesmas Labuhan Rasoki pada kelompok kontrol sebagian besar pengeluaran tidak lancar 20 orang (60,6%).
3. Terdapat perbedaan kelancaran asi yang bermakna antara kelompok kasus dengan perlakuan pijat oksitosin dengan kelompok kontrol tanpa perlakuan. Ada PengaruhPijatOksitosinTerhadapKelancaranASI padaibu post partum di Wilayah KerjaPuskesmasLabuhan Rasoki.

Saran

1. Bagi Ibu *Post Partum*

Diharapkan bagi ibu *post partum* supaya mengikuti apabila ada penyuluhan atau pelatihan dari tenaga kesehatan tentang pijat oksitosin yang bermanfaat untuk kelancaran produksi ASI.

2. Bagi Petugas Kesehatan

Diharapkan petugas kesehatan khususnya bidan di puskesmas untuk melakukan penyuluhan atau pelatihan pijat oksitosin di kelas ibu hamil khususnya ibu hamil trimester III yang akan menghadapi persalinan.

3. Peneliti Selanjutnya

Untuk dapat hasil penelitian yang lebih baik, diharapkan peneliti selanjutnya meneliti tentang nutrisi ibu *post partum* terhadap kelancaran ASI.

5. REFERENSI

- Dinas Kesehatan Kota Padangsidimpuan. Profil Kesehatan Kota Padangsidimpuan: Padangsidimpuan.
- Mardiyanti, 2010. Efektivitas Kombinasi Teknik Marmrt dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Post Partum di Rumah Sakit Wilayah Jawa Tengah. Tesis. Universitas Indonesia.
- Notoatmodjo, 2012. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Nugroho, T, 2014. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas (Askeb 3). Yogyakarta: Nuga Medika.
- SDKI, 2014. Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2013. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- WHO.2017.Global Breast feedingCollective(GBC) Data: Babies and Mothers World wide Failedby Lackof Investmentin Breast feeding.<http://www.who.int/news-room/detail/01-08-2017>. (diakses 23 April2018).
- Wulandari SR, Handayani S, 2011. Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas. Yogyakarta: Gosyen Publishing.