

Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Primipara di Klinik Roslena Medan Johor Tahun 2023

¹Pifi Lestari Tumanggor, ²Vitalia Hanako Murni Simanjuntak, ³Sonia Novita Sari, ⁴Mediana Sembiring

¹⁻⁴Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada
Korespondensi penulis: Pifilastaritumanggor@gmail.com

Abstract. Indonesia's exclusive breastfeeding coverage is still far from the national target of 80%. The results of the 2013 Indonesian Health Demographic Survey (SDKI) showed that coverage of exclusive breastfeeding for babies 0-6 months was only 42%. This research used a praexperiment (an experimental activity that aims to determine the effect that arises as a result of certain treatment) using a one group pretest-posttest design, to see the effect of oxytocin massage on the smooth flow of breast milk at the Roslena Clinic Medan Johor. The conclusion is that there is an effect of Oxytocin Massage on the smooth flow of breast milk at the Roslena Clinic Medan Johor. It is hoped that Roslena Clinic Medan Johor will increase the implementation of oxytocin massage to prevent babies from not sleeping peacefully for 3-4 hours due to irregular milk production in breastfeeding mothers.

Keywords: Oxytocin Massage, Smoothness of breast milk

Abstrak. Indonesia mempunyai cakupan pemberian ASI eksklusif masih jauh dari target nasional sebesar 80%. Hasil survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2013 menunjukkan bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif bayi 0- 6 bulan hanya sebesar 42%. Penelitian ini menggunakan praexperiment (kegiatan percobaan yang bertujuan untuk mengetahui suatu pengaruh yang timbul sebagai akibat adanya perlakuan tertentu) dengan menggunakan one group spretest-posttest design, untuk melihat adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI di Klinik Roslena Medan Johor. Kesimpulannya adalah terdapat Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Kelancaran ASI di Klinik Roslena Medan Johor. Diharapkan Klinik Roslena Medan Johor meningkatkan pelaksanaan pijat oksitosin untuk mencegah terjadinya bayi tidak tertidur dengan tenang selama 3-4 jam akibat ketidaklancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui.

Kata kunci: Pijat Oksitosin, Kelacaran ASI

LATAR BELAKANG

Perempuan merupakan salah satu makhluk yang mendapat anugrah dari Tuhan Yang Maha Esa untuk dapat mengandung melahirkan dan menyusui. Kodrat yang diberikan kepada perempuan ini ditandai oleh perangkat reproduksi yang dimilikinya, yakni rahim dan semua bagiannya, untuk tempat tumbuh kembang janin selama di dalam kandungan, dan payudara untuk dapat menyusui anak ketika ia sudah dilahirkan, artinya semua perempuan berpotensi untuk menyusui anaknya, sama dengan potensinya untuk dapat mengandung dan melahirkan (Perinasia, 2010). Fenomena yang terjadi pada ibu melahirkan anak pertama mengalami masalah menyusui dengan tidak lancar keluarnya ASI, selain itu ibu sering mengeluhkan bayinya sering menangis atau menolak menyusu. Puting lecet sehingga tidak memberikan ASI. Sering diartikan bahwa ASI nya tidak cukup atau ASI nya tidak enak, sehingga sering menyebabkan diambilnya keputusan untuk menghentikan menyusui (Maliha, dkk, 2011).

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 (WBW,2007). 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.

Pijatan didaerah tulangbelakang ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan begitu hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran air susuibu, dibantu dengan isapan bayi pada puting susu pada saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal (Guyton, 2007).

Di Indonesia cakupan pemberian ASI eksklusif masih jauh dari targe nasional sebesar 80%. Hasil survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2013 menunjukkan bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif bayi 0-6 bulan hanya sebesar 42% (DEPKES RI, 2013). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Jawa Timur (2013), cakupan pemberian ASI eksklusif di Propinsi Jawa Timur yaitu sebesar 68,3% (Suharso dalam Koransindo, 2013). Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik, untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu primipara di Klinik Roslena Medan Johor.

KAJIAN TEORITIS

ASI adalah satu jenis makanan yang mencukupi seluruh unsur kebutuhan bayi fisik, psikologi sosial maupun spiritual. ASI mengandung nutrisi, hormon, unsur kekebalan pertumbuhan, anti alergi, serta anti inflamasi. Nutrisi dalam ASI mencakup hampir 200 unsur zat makanan (Hubertin, 2003). ASI adalah sebuah cairan tanpa tanding ciptaan Allah yang memenuhi kebutuhan gizi bayi dan melindunginya dalam melawan kemungkinan serangan penyakit. Keseimbangan zat gizi dalam air susu ibu berada pada tingkat terbaik dan air susunya memiliki bentuk paling baik bagi tubuh bayi yang masih muda (Yahya,2007).

Hormon oksitosin berasal dari bagian belakang kelenjar hipotesa yang terdapat didasar otak. Sama halnya dengan hormon prolaktin, hormon ini diproduksi bila ujung saraf sekitar payudara di rangsang oleh isapan bayi. Oksitosin masuk ke dalam darah menuju payudara, membuat otot-otot payudara mengerut dan disebut hormone oksitosin. Kejadian ini disebut refleks pengeluaran ASI (let down reflex). Reaksi bekerjanya hormon oksitosin dapat dirasakan pada saat bayi menyusu pada payudara ibu. Kelenjar payudara akan mengerut

sehingga memeras ASI untuk keluar. Banyak wanita dapat merasakan payudaranya terperas saat menyusui, itu menunjukkan bahwa ASI mulai mengalir dari pabrik susu (alveoli) ke gudang susu (ductus latiferous).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah sesuatu yang vital dalam penelitian yang memungkinkan, memaksimalkan suatu control beberapa factor yang bisa mempengaruhi validity suatu hasil (Nursalam, 2011). Berdasarkan jenisnya, peneliti ini adalah *praexperiment* (kegiatan percobaan yang bertujuan untuk mengetahui suatu pengaruh yang timbul sebagai akibat adanya perlakuan tertentu) dengan menggunakan *one group spretest-posttest design*, yaitu desain eksperimen yang menggunakan satu kelompok subyek serta melakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan pada subyek (Latipun, 2011).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data Umum

Karakteristik Responden

Usia	Jumlah(Ibu)	Persentase(%)
<20	5	20
20-25	18	72
>25	2	8
Total	25	100

Sumber: Data Primer

Hasil bahwa hampir seluruh responden berusia 20-25 tahun berjumlah 18 ibu (73%). Kondisi tersebut sesuai dengan jumlah anggota posyandu balita yang lebih banyak berusia 20-25 tahun dari pada berusia < 20 tahun dan > 25 tahun. Menurut peneliti, umur ibu berpengaruh terhadap kelancaran ASI, ibu yang lebih muda lebih banyak memproduksi ASI, sebab usia lebih dari 20 masa reproduksi sangat baik dan sangat mendukung dalam pemberian ASI. Menurut Biancuzzo (2003), bahwa ibu-ibu yang lebih muda atau umurnya kurang dari 30 tahun lebih banyak memproduksi ASI dari pada ibu-ibu yang lebih tua. Menurut Pudjiadi (2005), menjelaskan bahwa ibu yang berumur 19-23 tahun pada umumnya dapat menghasilkan cukup ASI dibandingkan dengan yang berumur tiga puluhan.

Data Khusus

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kelancaran ASI pada ibu primipara sebelum dilakukan pijat oksitosin di Klinik Roslena Medan Johor.

KelancaranASI	Jumlah(Ibu)	Persentase(%)
Lancar	0	0
CukupLancar	8	32
KurangLancar	17	68
Total	25	100

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kelancaran ASI pada ibu primipara sesudah dilakukan pijat oksitosin di Klinik Roslena Medan Johor

KelancaranASI	Jumlah(Ibu)	Persentase(%)
Lancar	25	100
CukupLancar	0	0
KurangLancar	0	0
Total	25	100

Hasil penelitian diketahui bahwa adanya perubahan jumlah responden sebelum dilakukan perlakuan berupa pijat oksitosin sebagian besar pengeluaran ASI kurang lancar sejumlah 17 ibu (68%) sedangkan jumlah responden sesudah dilakukan perlakuan berupa pijat oksitosin sebagian besar responden pengeluaran ASI Lancar sejumlah 25 Ibu (100%). Hasil penelitian tersebut diperkuat oleh hasil perbedaan melalui nilai uji beda Wilcoxon didapatkan p value sebesar 0.000. Nilai pvalue penelitian ini menunjukkan nilai $pvalue < \alpha$ (0,05) yang berarti memiliki perbedaan nilai yang sangat bermakna. Berdasarkan nilai kelancaran ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin diketahui bahwa sebelum pijat oksitosin, sebagian besar responden pengeluaran ASI kurang lancar sedangkan sesudah pijat oksitosin, sebagian besar respon dan pengeluaran ASI lancar sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu primipara di Klinik Roslena Medan Johor.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Wiknjosastro, (2009) hisapan bayi berpengaruh terhadap produksi ASI dikarenakan waktu bayi menghisap payudara ibu, terjadi rangsangan neuro hormonal pada putting susu dan aerola ibu. Rangsangan ini diteruskan ke hypophyse melalui nervus vagus, terus ke lobus anterior. Dari lobus ini akan mengeluarkan hormone prolaktin, masuk ke peredaran darah dan sampai pada kelenjar kelenjar pembuat ASI. Kelenjar ini akan terangsang untuk menghasilkan ASI. Hormon prolaktin yang berperan dalam produksi ASI.

Dengan demikian kita dapat memberikan pengetahuan serta tambahan informasi tentang pentingnya pijat oksitosin agar para ibu ASI yang dikeluarkan lancar. Menurut Friedman(1998), dapat mempengaruhi kemampuan dan upaya orang tua dalam melakukan perawatan dan memelihara kesehatan anak dan beradaptasi terhadap peran sebagai orang tua sehingga dapat lebih mudah mencapai sesuatu. Menurut Worthing-Roberts (2002), menyatakan bahwa ibu yang berpendidikan rendah kurang dalam memberikan ASI secara eksklusif.

Menurut Ernawati (2009) dalam Novita (2014), menyatakan bahwa tingkat pendidikan seseorang berpengaruh dalam memberikan respon terhadap sesuatu yang datang dari luar. Dapat disimpulkan bahwa makin tinggi tingkat pendidikan maka makin baik status kesehatannya dan sebaliknya makin rendah tingkat pendidikan seseorang makin buruk status kesehatannya.

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidklancaran produksi ASI. Pijat adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang(vertebrae) sampai tulang costae kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormone prolactin dan oksitosin setelah melahirkan (Yohmi & Roesli, 2009). Pijatan ini berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun otomatis keluar. Dengan pijatan di daerah tulang belakang ini juga akan merelaksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan begitu hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran air susu ibu, dibantu dengan isapan bayi pada puting susu pada saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal, Kolostrum yang menetes atau keluar merupakan tanda aktifnya reflex oksitosin(Perinasia, 2007).

Hal ini sesuai dengan penelitian Penelitian yang dilakukan oleh Eko (2011) menunjukkan bahwa kombinasi teknik marmet dan pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI. Pijat oksitosin bisa dilakukan kapanpun ibu mau dengan durasi 3-5 menit, lebih disarankan dilakukan sebelum menyusui atau memerah ASI (Kaltimpos.co.id). Sehingga untuk mendapatkan jumlah ASI yang optimal dan baik, sebaiknya pijat oksitosin dilakukan setiap hari dengan durasi 3-5menit. Hasil penelitian Endah (2011) menunjukkan bahwa pengeluaran kolostrum kelompok perlakuan rata-rata 5,8 jam, sedangkan lama waktu kelompok control adalah rata-rata 5,89 jam. Jumlah kolostrum yang dikeluarkan kelompok perlakuan rata-rata 5,333 cc sedangkan kelompok kontrol adalah rata-rata 0,0289 cc. Pijat oksitosin berpengaruh terhadap jumlah produksi kolostrum dengan Pvalue 0,009, dan pijat oksitosin tidak berpengaruh terhadap lama waktu pengeluaran kolostrum ibu postpartum dengan P value 0,939.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kelancaran ASI pada ibu primipara sebelum dilakukan pijat oksitosin di Klinik Roslena Medan Johor sebagian besar pengeluaran ASI kurang lancar. Kelancaran ASI pada ibu primipara sesudah dilakukan pijat oksitosin di Klinik Roslena Medan Johor sebagian besar pengeluaran ASI lancar. Ada Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI di Klinik Roslena Medan Johor.

B. Saran

1. Diharapkan Klinik Roslena Medan Johor meningkatkan pelaksanaan pijat oksitosin untuk mencegah terjadinya bayi tidak tertidur dengan tenang selama 3-4 jam akibat ketidaklancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui.
2. Diharapkan ibu mampu lebih meningkatkan kesehatan ibu dan bayi (KIA), terutama dengan melakukan pijat oksitosin sehingga akan mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.
3. Dalam melakukan penelitian lanjutan, dapat dilakukan dengan sampel yang lebih besar, jenis dan rancangan penelitian yang berbeda serta penggunaan kelompok kontrol. Selain itu juga dapat membandingkan pijat oksitosin dengan pijatan lain yang memungkinkan lebih baik lagi dalam kelancaran pengeluaran ASI.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak, terutama keluarga saya, serta pihak yang selalu mendorong peneliti untuk melakukan penelitian yang bermanfaat untuk mendukung derajat kesehatan masyarakat.

DAFTAR REFERENSI

- Alimul Hidayat, A, Aziz, (2008), *Riset Keperawatan Dan Teknik Penulisan Ilmiah*, Salemba Medika, Jakarta
- Ambarwati. (2010). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Mitra Cendikia Press
- Arikunto. S. (2010). *Riset Keperawatan Dan Teknik Penulisan ilmiah*. Jakarta: Penerbit Salemba
- Astutik, Reni Yuli. (2014). *Payudara dan Laktasi*. Jakarta: Salemba Medika
- Bobak IM, Lowdermilk DL, Jensen MD. (1995). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas (Maternity Nursing) Edisi 4*, Maria A Wijayarti dan Peter Anugerah (penterjemah). (2005). Jakarta: EGC

- Budiarti, T. (2009). Efektifitas pemberian paket sukses ASI terhadap produksi ASI ibu menyusui dengan seksio sesarea di wilayah Depok Jawa
- Budiharjo, N.S.D. (2003) *Masalah-masalah dalam menyusui*, Jakarta; Perkumpulan perinatologi Indonesia
- Dewi, Vivian Nanny Lia. (2010). *Asuhan Neonatus Bayi dan Anak Balita*. Jakarta: Salemba Medika
- Guyton, A.C., dan Hall, J.E. (2008). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Jakarta: EGC
- Hamilton, Persis Mry, (1995), *Dasar-dasar Keperawatan Maternitas*, Jakarta: EGC
- Lowdermilk, Bobak, dan Jensen, (2006), *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*, alih bahasa Maria A. Wijaya rini, Peter I. Anugrah (Edisi 4). EGC. Jakarta
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Citra
- Nursalam (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*, Jakarta: Salemba Medika
- Perinasia. (2010). *Manajemen Laktasi*. Jakarta: Gramedia
- Roesli, U. (2009). *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta: PT. Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara.
- Risani Siska Edy Perdana. (2013). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Air Susu Ibu Pada Ibu Nifas Primipara Di Wilayah Kerja Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang*