
HUBUNGAN PIJAT OKSITOSIN DENGAN KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU POSTPARTUM DI PUSKESMAS CIKOKOL KOTA TANGERANG

Catur ErtySukesty¹

Universitas Muhammadiyah Tangerang, Tangerang catur_erty@y7mail.com

INFORMASI ARTIKEL:

Riwayat Artikel:

Tanggal di Publikasi:
September 2020

Kata kunci:

Ibu Menyusui
Kelancaran ASI
Postpartum

ABSTRAK

Pemberian ASI eksklusif yang masih rendah dapat menimbulkan masalah gizi pada balita. Upaya untuk menanggulangnya antara lain dengan meningkatkan produksi ASI. Jumlah bayi yang diberi ASI eksklusif di Kota Tangerang sebesar 64,5%.. Pijat Oksitosin yang dilakukan terhadap payudara bertujuan untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar saluran ASI. Menurut data dari PuskesmasCikokol Kota Tangerang cakupan ASI eksklusif masih sedikit yaitu sebesar 53,8%. Kurangnya cakupan tersebut, menurut informasi yang didapat dari 35 ibu menyusui yang tidak memberikan ASI secara eksklusif disebabkan oleh karena produksi ASI nyamasihsedikit. **Penelitian ini bertujuan** mengetahui hubungan pijat oksitosin terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Cikokol Kota Tangerang. **Jenis penelitian yaitu** penelitianeksperimen **menggunakan metode** *one group pretest-posttest*. Besar sampel 35 responden, menggunakan analisa datauji parametrik *Paired Sample T-Test* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). **Hasil penelitian** menunjukkan ada hubungan pijat oksitosin terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui dengan *p-value* 0,000. Kesimpulan pijat oksitosin berpengaruh terhadap meningkat.

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO) dan *United Nations of Children's Fund* (UNICEF), dalam rangka menurunkan angka kesakitan dan kematian anak merekomendasikan sebaiknya anak hanya disusui air susu ibu (ASI) selama paling sedikitnya enam bulan. Makanan padat harusnya diberikan sesudah anak berumur 6 bulan, dan pemberian ASI dilanjutkan sampai anak berumur dua tahun. Pemberian ASI eksklusif yang masih rendah dapat menimbulkan masalah gizi pada balita. Upaya untuk menanggulangnya antara lain dengan meningkatkan dan kualitas ASI.

Hasil data dari UNICEF (2017) diperoleh 136,7 juta bayi lahir di seluruh dunia dan hanya 32.6% dari mereka yang disusui secara eksklusif dalam 6 bulan pertama. Angka ini masih jauh dari target cakupan ASI eksklusif. Menurut data dari Puskesmas Cikokol Kota Tangerang cakupan ASI eksklusif masih sedikit yaitu sebesar 53,8%. Kurangnya cakupan tersebut, menurut informasi yang didapat dari 10 ibu menyusui yang tidak memberikan ASI secara eksklusif disebabkan oleh karena produksi ASI nyamasi sedikit.

Salah satu hal yang memperlambat pengeluaran ASI pada ibu menyusui di daerah cikokol kota tangerang yaitu karena kurangnya pengetahuan tentang bagaimana cara melakukan pemijatan laktasi dan banyak ibu yang masih memberikan susu formula pada bayi. Banyaknya bayi dan balita di kotatangerang yang tidak mendapatkan cukup ASI di karena kekurangannya pengetahuan ibu tentang pijat oksitosin.

Oksitosin merupakan hormon yang berperan untuk mendorong sekresi air susu (*milk let down*). Peran oksitosin pada kelenjar susu adalah mendorong kontraksi sel-sel miopitel yang mengelilingi alveolus dari kelenjar susu, sehingga dengan berkontraksinya sel - sel miopitel isi dari alveolus akan terdorong keluar menuju saluran

susu, sehingga alveolus menjadi kosong dan memacu untuk sintesis air susu berikutnya.

Melakukan pemijatan oksitosin untuk merangsang hormone prolactin pada ibu setelah melahirkan yaitu dengan melakukan pemijatan tulang belakang pada costa (tulang rusuk) ke 5-6 sampai ke scapula (tulang belikat) yang akan mempercepat kerja syaraf parasimpatis, saraf yang berpangkal pada medulla oblongata dan pada daerah sacrum dari medulla spinalis, merangsang hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin (Isnaini dan Diyanti, 2015). Dari latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk mengetahui Hubungan Pijat Oksitosin dengan Kelancaran Pengeluaran ASI.

METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu rancangan *One Group Pretest-Posttest*. Penelitian ini membandingkan kelancaran pengeluaran ASI pada saat sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin. Tempat penelitian dilakukan di wilayah Puskesmas Cikokol Kota Tangerang. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu yang melahirkan dalam jangka waktu satu minggu, di mulai dari Bulan Juni sebanyak 35 ibu. Analisa data menggunakan uji parametrik *Paired Sample T-Test* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Distribusi Frekuensi

Produksi ASI Eksklusif sebelum dan sesudah Melakukan Perlakuan

Produksiasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Sebelum		
-50 ml		65,7
50-100 ml	23	34,3
Sesudah	12	
-50 ml		28,6
50-100 ml	10	71,4
Total		100
	25	35

Berdasarkan table diatas di dapatkan hasil produksi ASI sebelum di lakukan pijat oksitosin sebanyak 23 (65,7%) mengatakan produksi ASI kurang dari 50 ml dan sebanyak 12 (34,3%) mengatakan produksi ASI berkisar 80-100 ml. Hasil menunjukan setelah di pijat oksitosin sebanyak 10 (28,6%) mengatakan produksi ASI kurang dari 50 ml dan sebanyak 25 (71,4) mengatakan produksi ASI berkisar 80-100 ml.

B. Hubungan Pijat Oksitosin dengan Kelancaan Produksi ASI Kelancaran produksi ASI Ibu Menyusui Sebelum dan Sesudah Perlakuan

PijatOksitosin	Lancar	Tidak lancar	Jumlah Pvalue
Sebelum	12 (34,3%)	23 (65,7%)	35 0,000
Sesudah	29 (82,9%)	6 (17,1)	35

Berdasarkan table diatas di dapatkan hasil sebelum ibu melakukan pijat oksitosin sebagian besar mengatakan ASI tidak lancar sebanyak 23(65,7%) dan ASI lancar sebanyak 12 (23,4%). Setelah ibu

melakukan pijat oksitosin sebagian besar responden mengatakan ASI lancar sebanyak 29 (82,9%).

PEMBAHASAN

Hasil uji beda menggunakan uji *Paired Sample Test* sebelum dan sesudah melakukan pijat oksitosin didapatkan nilai $p= 0,000 < 0,005$, dengan demikian hasil analisis tersebut dapat diketahui bahwa ada hubungan pijat oksitosin terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Cikokol Kota Tangerang.

Menurut Ferrer H (2014) pijat oksitosin adalah suatu tindakan perawatan khusus dengan pemberian rangsangan otot – otot buah dada untuk memperlancar pengeluaran ASI Selama sembilan bulan kehamilan, jaringan payudara tumbuh dan menyiapkan fungsinya menyediakan makanan bagi bayi baru lahir, setelah melahirkan ketika hormon yang dihasilkan placenta tidak lagi ada untuk menghambatnya, kelenjar pituitaria mengeluarkan prolaktin, sampai hari ketiga setelah melahirkan, terbukti adanya efek prolaktin pada payudara. Pembuluh darah payudara menjadi bengkak berisi darah menyebabkan hangat, bengkak dan rasa sakit. Sel-sel yang menghasilkan ASI mulai berfungsi dan ASI mulai mencapai puting melalui saluran susu, menghasilkan kolostrum yang telah mendahuluinya, kemudian laktasi dimulai. Pijat oksitosin merupakan hal yang sangat penting bagi ibu nifas. Payudara harus dibersihkan dengan teliti setiap hari dengan pemijatan selama mandi dan dimulai pada hari kedua setelah melahirkan dan ketika hendak menyusui secara rutin. Hal ini

akan mengangkat kolostrum yang kering atau sisa susu dan membantu mencegah akumulasi dan masuknya bakteri baik keputing maupun kemulut bayi.

Menurut Guyton (2014) Pijatan atau rangsangan pada tulangbelakang, neuro transmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hypothalamus di hypofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Pijatan di daerah tulang belakang ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan begitu hormone oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran air susu ibu, dibantu dengan isapan bayi pada putting susu pada saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal . Dengan pijat oksitosin yang dilakukan, akan memberikan manfaat antara lain : melancarkan refleks pengeluaran ASI atau refleks let down, meningkatkan volume ASI dan mencegah bendungan pada payudara yang bisa menyebabkan payudara bengkak. Ibu harus menggunakan pakaian yang tidak menghalangi pemberian ASI.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa melakukan pijat oksitosin meningkatkan ASI, hal ini

disebabkan oleh karena dipengaruhi oleh hormon prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. 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. Hasil nilai p-value sebesar 0,000 menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pijat laktasi dengan kelancaran produksi ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, E. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Cendekia Press.
- Anggraini, Y. (2018). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka. Rihama.
- Cadwell, K. (2017). *Buku Saku Manajemen Laktasi*. Jakarta: EGC.
- Dahlan, M. S. (2015). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Selemba Medika.
- Danim, (2016). *Riset Keperawatan Sejarah Metodologi*. Jakarta: EGC.
- Dinkes Provinsi Banten. (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2019*. Serang: Dinkes Provinsi Banten.

- Kemenkes RI. (2015). *Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Indonesia Situasi Kesehatan Anak Balita di Indonesia*. Jakarta: Balitbang.
- Kemenkes RI. (2018). *Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2017*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat.
- Mubarak, W.I. (2016). *Promosi Kesehatan Untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2017). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: RinekaCipta.
- Roesli U. (2015). *Panduan Inisiasi Menyusui Dini Plus ASI Eksklusif*. Jakarta: Pustaka Bunda.
- Suradi, R & Hegar. (2017). *Indonesia Menyusui*. Jakarta: IDAI.
- Sugiyono. (2017). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta.
- Sulistyawati. (2016). *Asuhan Kebidanan pada Ibu Bersalin*. Jakarta: Salemba Medika.
- UNICEF. (2017). *The UNICEF UK Baby Friendly Initiative Orientation to Breastfeeding for General Practitioners. Orientation Handbook*. Oxford: Oxford University Press.