

**PEMBERIAN PIJAT OKSITOSIN DAN PIJAT LAKTASI  
TERHADAP PENGELOUARAN ASI PADA IBU  
POST PARTUM DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS MONTERADO  
TAHUN 2024**

**Helen Esrayani<sup>1</sup>, Nur Azizah<sup>2</sup>, Rosmani Sinaga<sup>3</sup>, Anita Kartika Pasaribu<sup>4</sup>, Sri Rentina Panjaitan<sup>5</sup>, Febri Dyah Anggrita Sitorus<sup>6</sup>**

<sup>123456</sup>STIKes Mitra Husada Medan

Email : [helenesrayani@gmail.com](mailto:helenesrayani@gmail.com)

**ABSTRAK**

Diseluruh Dunia Saat Pemberian ASI masih rendah. Berdasarkan data dari United Nations Children's Fund (UNICEF) angka pemberian ASI pada bayi di bawah 6 bulan adalah 41% dan di targetkan akan mencapai 70% ditahun 2030. Cakupan bayi yang mendapatkan ASI berdasarkan profil kesehatan Bengkulu 2020 sebesar 61,49%.

Tujuan: Penelitian ini menganalisis pemberian pijat oksitosin dan pijat laktasi terhadap pengeluaran asi pada ibu post partum di Puskesmas Monterado.

Metode: Penelitian ini menggunakan dengan quasi experimental dengan pre and post test with control group design yang dibagi secara random menjadi 2 kelompok. Teknik pengambilan sampel dengan non probability sampling, dengan teknik pengambilan sampel purposive sampling dengan jumlah sampel 32 sampel yaitu ibu 2 jam post partum yang belum ada pengeluaran ASI.

Hasil: hasil uji bahwa nilai post-test intervensi dan post-test kontrol didapatkan nilai p-value  $0,000 < 0,05$  yang berarti ada pengaruh antara post-test intervensi dan post-test kontrol. Terdapat selisih mean post-test intervensi lebih besar dari post-test kontrol, maka dapat disimpulkan bahwa kelompok intervensi dengan teknik pijat oksitosin 7 kali lebih berpengaruh dibandingkan dengan kelompok kontrol menggunakan pijat laktasi dikarenakan mean rank pijat oksitosin lebih besar dari pijat laktasi ( $20,00 > 13,00$ ).

**Kata Kunci** : Pijat Oksitosin, Pijat Laktasi, Post Partum, ASI

## LATAR BELAKANG

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan pertama dan terbaik yang harus diberikan kepada bayi karena memberikan nutrisi yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan anak serta komponen imunologi yang dapat menurunkan kemungkinan bayi terkena penyakit. Immunoglobulin adalah komponen dari sistem kekebalan tubuh; susu formula kekurangan komponen ini. Untuk mencegah banyak gangguan pada bayi baru lahir melalui efisiensi ASI. Menyusui memberikan manfaat untuk menjaga kesehatan anak Anda selain yang terlihat saat mereka masih bayi (Prasetyono, 2018). ASI mengandung casienate, riboflavin, dan karoten, yang memberikan warna putih kekuningan. Saat dipanaskan, ASI tidak menggumpal. Laju aliran adalah 300–850 ml per hari. Komponen antimikroba yang terdapat dalam ASI antara lain antibodi terhadap bakteri dan virus, sel (fagosit, granulosit, makrofag, limfosiklus tipe T), enzim (lisozim, laktoperoksida), protein (laktoferin, protein ginding B12), faktor resisten terhadap staphylococcus, dan komplemen (C3 dan C4). Komponen utama ASI yang memberi energi pada otak adalah laktosa, karbohidrat (Sutanto & Vita, 2019) Beberapa hari pertama

menyusui penuh dengan kesulitan, seperti ASI yang tidak keluar atau produksi ASI yang menurun, sehingga bayi tidak mendapat cukup ASI. Hal ini terjadi akibat kurangnya kesadaran ibu akan pentingnya ASI dan pijat oksitosin yang berdampak pada efisiensi produksi ASI. Kendala seperti ASI yang tidak keluar atau produksi yang tidak lancar menyebabkan ibu berhenti menyusui. Hormon prolaktin dan oksitosin dapat dirangsang pada ibu setelah melahirkan selain dengan memerah ASI dengan cara merawat atau memijat payudara, membersihkan puting susu, sering menyusui bayi meskipun ASI belum keluar, dan menyusui dini secara teratur (Umar, 2020). Tingkat menyusui global masih relatif rendah. Menurut informasi dari UNICEF, 41% bayi di bawah usia 6 bulan saat ini disusui, dengan target 70% pada tahun 2030 (Global Breastfeeding Scorecard, 2018) (WHO, 2018). Menurut informasi profil kesehatan Indonesia 2020, pada tahun 2020, 66,06% bayi secara nasional akan menerima ASI. Target Rencana Strategis 2020 sebesar 40% telah terlampaui oleh angka ini. (Profil Kesehatan Indonesia, 2020). Persentase Bayi Usia 6 Bulan yang disusui trennya masih di bawah target yang diharapkan, Menurut Profil Kesehatan Kalimantan

Barat bar Tahun 2020. Di manakah pencapaian 65% dari tujuan yang telah ditetapkan. (Dinkes Kalbar, 2020). Menurut profil kesehatan Bengkayang 2020, 61,49% bayi mendapat ASI. Persentase ini masih di bawah target 71% yang ditetapkan oleh RPJM untuk tahun 2023. (Dinkes Bengkayang, 2020). Menyusui dini sulit dimulai karena pasokan ASI rendah dalam beberapa hari pertama setelah melahirkan. Selain memeras ASI, upaya peningkatan hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu baru juga dapat dilakukan dengan melakukan perawatan payudara, inisiasimenyusuidini (IMD), lama dan frekuensi menyusui sesuai permintaan, pijat oksitosin, dan pijat laktasi. (Yusari, 2019). Selain memerah ASI, cara lain untuk meningkatkan kadar prolaktin dan oksitosin ibu adalah dengan merawat atau memijat payudara, membersihkan puting susu, sering menyusui bayi meskipun ASI belum keluar, menyusui dini dan teratur, serta pijat oksitosin. Dengan memijat daerah sekitar punggung (vertebra pars thoratica) untuk merangsang keluarnya ASI, pijat oksitosin merupakan salah satu tindakan nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mempercepat produksi ASI.

Hal ini akan membuat ibu merasa puas, gembira, dan percaya diri karena dapat memberikan ASI kepada bayinya. Reaksi oksitosin dipicu oleh pikiran bayi ibu, perasaan cinta untuk bayinya, dan emosi menyenangkan lainnya. (Yusari, 2019) Menurut temuan penelitian Mardiyarningsih, dari 15 responden yang mendapatkan pijat oksitosin, 9 ibu nifas (60%) menyusui cepat, 5 ibu nifas (33%) menyusui normal, dan 1 ibu nifas menyusui lambat (7%). sedangkan kelompok yang tidak mendapat pijat oksitosin sebanyak 12 ibu nifas (80%) responden. Efek dari produksi dan pengeluaran ASI yang tidak teratur antara lain pembengkakan, mastitis, abses payudara, saluran tersumbat, sindrom ASI tidak mencukupi, bayi baru lahir yang banyak menjerit, dan bayi kuning. Oleh karena itu, penting dilakukan upaya untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu pasca melahirkan. Selain memerah ASI, hal ini dapat dilakukan dengan cara merawat dan memijat payudara, membersihkan puting susu, sering menyusui bayi walaupun ASI belum keluar, menyusui dini dan teratur, serta pijat oksitosin (Mardiyarningsih, 2019). Pijat laktasi adalah teknik baru yang telah dikembangkan selain pijat oksitosin untuk

meningkatkan produksi ASI. Untuk mengaktifkan hormon prolaktin dan oksitosin, pijat laktasi adalah metode pijat yang digunakan pada kepala atau leher, punggung, tulang belakang, dan payudara. Prolaktin dan oksitosin, dua hormon, berperan dalam produksi ASI ketika sel-sel alveoli di kelenjar payudara dirangsang untuk berkontraksi. Kontraksi ini menyebabkan ASI keluar dan mengalir ke saluran kecil payudara, yang selanjutnya memicu let-down reflex, yang menyebabkan tetesan ASI keluar dari puting susu dan masuk ke mulut bayi. Psikologi ibu, termasuk bagaimana dia memikirkan bayinya, menciumnya, melihatnya, dan mendengar suara bayinya, semuanya berdampak signifikan pada reaksi let-down. Ibu akan lebih rileks akibat pijat laktasi dan lebih mampu untuk terus memproduksi prolaktin dan oksitosin yang diduga merupakan hormon yang menyebabkan produksi ASI menjadi lancar (Muawanah, 2021).Melihat fenomena tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pemberian pijat oksitosin dan pijat laktasi terhadap pengeluaran ASI pada ibu Post Partum di Puskesmas Monterado“.

## 1. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah adalah sebagai berikut: Bagaimanakah gambaran pemberian pijat oksitosin dan pijat laktasi terhadap pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum Diwilayah Kerja Puskesmas Monterado Kabupaten Bengkayang?

### 1.1.2 TUJUAN

Untuk mengetahui pemberian pijat oksitosin dan pijat laktasi terhadap pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum Diwilayah Kerja Puskesmas Monterado Kabupaten Bengkayang?

### 1.1.3 TUJUAN KHUSUS

- Mengidentifikasi data-data subjektif dan objektif pijat oksitosin dan pijat laktasi terhadap pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum Diwilayah Kerja Puskesmas Monterado Kabupaten Bengkayang
- Mengidentifikasi data sekunder pijat oksitosin dan pijat laktasi terhadap pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum Diwilayah Kerja Puskesmas Monterado Kabupaten Bengkayang
- Mengetahui pijat oksitosin dan pijat laktasi terhadap pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum
- Mengetahui pijat oksitosin dan pijat laktasi terhadap pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum yang dilakukan oleh keluarga

## 1. MANFAAT PENELITIAN

- Manfaat untuk bagi penulis Dapat menerapkan teori yang diberikan dibangku kuliah dalam praktek, khususnya pengetahuan tentang pijat oksitosin dan pijat laktasi terhadap pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum.
- Bagi Institusi Sebagai Referensi dan sumber bacaan bagi mahasiswa program studi

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah Quasi Experimental dengan pre and post test with control group design, dimana peneliti melihat produksi pengeluaran ASI sebelum diberi perlakuan (pre test) dan membandingkan produksi pengeluaran ASI setelah adanya perlakuan (posttest) sehingga peneliti dapat menguji perubahan yang terjadi setelah dilakukannya perlakuan. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Monterado bulan Maret. Pada penelitian ini sampel diambil dari ibu post partum di Puskesmas Monterado yang sesuai kriteria inklusi dan eksklusiberjumlah 32 orang. Teknik pengambilan sampel secara purposive sampling. Analisis bivariate dengan menggunakan uji ilcoxon test.

pelayanan kesehatan di Puskesmas. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### SUB BAB 1.

Analisa Pijat Oksitosin terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum di Puskesmas Monterado Tabel 1. Analisa Pijat Oksitosin terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum di Puskesmas Monterado Pijat Oksitosin Zp-value Sebelum pijat oksitosin 16-3,7420,000 Sesudah pijat oksitosin 16 Berdasarkan tabel 1, hasil uji ilcoxon test pada kelompok pijat oksitosin menghasilkan nilai p-value  $0.000 < 0.05$  yang berarti ada pengaruh antara sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin. B. Analisa Pijat Laktasi terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum di Puskesmas Monterado

### SUB BAB 2.

Analisa Pijat Laktasi terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum di Puskesmas Monterado Pijat Laktasi Zp-value Sebelum pijat laktasi 163,0000,003 Sesudah pijat laktasi Berdasarkan ilco 2, diatas, hasil uji ilcoxon test pada kelompok pijat laktasi menghasilkan nilai p-value  $0.003 < 0.05$  yang berarti ada pengaruh antara sebelum dan sesudah dilakukan pijat laktasi. Efektivitas Pemberian Pijat Laktasi dan Pijat Oksitosin Sebelum dan Sesudah terhadap Pengeluaran

ASI pada Ibu Post Partum di Puskesmas Monterado Tabel 3. Berdasarkan tabel 3, diatas,pada kelompok pijat oksitosin dan pijat laktasi menghasilkan nilai p-value  $0.010 < 0.05$  yang berarti ada pengaruh antara pijat oksitosin dan pijat laktasi dilakukan pijat laktasi. Akan tetapi lebih efektif pijat oksitosin dikarenakan mean rank lebih besar dari pijat laktasi ( $20,00 > 13,00$ ).

## KESIMPULAN

Kesimpulan ini Berdasarkan hasil penelitian dan akhir dari pembahasan penelitian, maka penulis dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Pijat oksitosin efektif terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di Puskesmas Monterado Pijat laktasi efektifitas terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di Puskesmas Monterado Pijat oksitosin lebih efektif dari pada pijat laktasi terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di Puskesmas Monterado

Saran

1. Bagi ibu Post Partum Mampu memberikan informasi serta pengetahuan tambahan mengenai pijat oksitosin dan pijat laktasi, sehingga mampu memberikan ASI pada bayinya pasca melahirkan dengan melakukan pijat oksitosin dan pijat laktasi.

2. Bagi Institusi Pendidikan Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan bacaan

diperpustakaan Poltekkes Kemenkes Pontianak serta sebagai sumber referensi bagi mahasiswa

3. Bagi Peneliti Selanjutnya Diharapkan mampu memberikan informasi atau gambaran mengenai efektivitas pijat oksitosin dan pijat laktasi serta diharapkan peneliti selanjutnya dapat

## SARAN

Tenaga kesehatan dengan dukungan Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota harus mengantisipasi perubahan paradigma pembinaan karir tenaga kesehatan dari sistem karir lama ke karir protean. Kajian ini merupakan pembelajaran, karena pada era desentralisasi ini Puskesmas sebagai unit pelaksana teknis cenderung ke arah tiang kelembagaan usaha. Untuk itu Puskesmas dituntut memiliki kemampuan manajerial untuk membina tenaga kesehatan dalam peran pelaksanaan pelayanan kesehatan di puskesmas melalui sistem karir berwawasan jauh ke depan untuk meningkatkan mutu pelayanan dan mencapai kinerja yang optimal.

## DAFTAR PUSTAKA

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. 2017. Peraturan Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Nomor

- 24 Tahun 2017 Pelayanan Keluarga Berencana Pasca Persalinan dan Pasca Keguguran. 3 November 2017. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. Jakarta
- Fatimah dan Nuryaningsih. 2017. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Kehamilan. Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta. Jakarta
- Heryani, R. 2015. Asuhan kebidanan Ibu Nifas dan Menyusui. Trans Info Media. Jakarta
- Kurniarum, A. 2016. Modul Bahan Ajar Cetak Kebidanan: Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta
- Marniyati, L. 2016. Pelayanan Antenatal Berkualitas dalam Meningkatkan Deteksi Risiko Tinggi pada Ibu Hamil oleh Tenaga Kesehatan di Puskesmas Sako. Sosial. Sei Baung dan Sei Selincah di Kota Palembang. Program Pascasarjana Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya. Palembang. Jurnal Kedokteran dan Kesehatan. 3(1): 355-362
- Oftarica J, Siti F, Nur H. 2019. Asuhan Kebidanan Continuity Of Care Pada Ny I Masa “Hamil Sampai Dengan Keluarga Berencana “Di Praktik Mandiri Bidan Setyami Ngasinan Ponorogojurnal Ilmiah. Health Science Journal. Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Ponorogo
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 97 Tahun 2014 Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil, Masa Hamil, Persalinan dan Masa Sesudah Melahirkan, Penyelenggaraan Pelayanan Kontrasepsi, serta Pelayanan Kesehatan Seksual. 30 Desember 2014. Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 135. Jakarta