

Perbedaan Efektivitas Perawatan Payudara dan Pijat Oksitosin terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Postpartum

Differences of the Effectiveness of Breast Care and Oxytocin Massage on the Smooth Production of Breast Milk in Postpartum Mothers

Irnawati¹, Lili Purnama Sari^{2*}

^{1,2} Prodi Kebidanan, STIKes Nani Hasanuddin, Makassar, Indonesia

Abstract

The health and survival of mothers and babies is strongly influenced by various factors of midwifery services provided to mothers, children, families and communities. The purpose of this study was to determine the difference in the effectiveness of breast care and oxytocin massage on the smooth release of breast milk in postpartum mothers. The research method used comparative research with purposive sampling. The number of samples as many as 30 people. The results of this study indicated that there were differences in results between breast care and oxytocin massage on milk production, seen from a significant value of 0,000 ($p < 0,05$). The conclusion in this study is that there is a difference between breast care and oxytocin massage for postpartum mothers at the Patingalloang Health Center.

Keywords: oxytocin massage, breast care, postpartum

PUBLISHED BY:

Sarana Ilmu Indonesia (salnesia)

Address:

Jl. Dr. Ratulangi No. 75A, Baju Bodoa, Maros Baru,
Kab. Maros, Sulawesi Selatan, Indonesia

Email:

info@salnesia.id, jika@salnesia.id

Phone:

+62 85255155883

Article history:

Submitted 11 Januari 2022

Accepted 21 April 2022

Published 30 April 2022



Abstrak

Kesehatan dan kelangsungan ibu dan bayi sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor pelayanan kebidanan yang diberikan kepada ibu, anak, keluarga dan masyarakat. Faktor mempengaruhi pembentukan dan produksi ASI antara lain faktor makanan ibu, isapan bayi, frekuensi menyusui. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan efektifitas perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum. Metode penelitian menggunakan penelitian komparatif dengan pengambilan sampel *purposive sampling*. Jumlah sampel sebanyak 30 orang. Hasil penelitian yang didapatkan terdapat perbedaan hasil antara perawatan payudara dengan pijat oksitosin terhadap produksi ASI dilihat dari nilai signifikan 0,000 ($p < 0,05$). Kesimpulan pada penelitian ini terdapat perbedaan antara perawatan payudara dengan pijat oksitosin pada ibu nifas di Puskesmas Patingalloang.

Kata Kunci: pijat oksitosin, perawatan payudara, nifas

*Penulis Korespondensi:

Lili Purnama Sari, email: lilipurnamasari275@gmail.com



This is an open access article under the CC-BY license

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan masa yang kritis bagi ibu dan bayi karena kemungkinan timbul masalah dan penyulit selama masa nifas, jika tidak segera ditangani secara efektif akan membahayakan kesehatan. Kesehatan dan kelangsungan ibu dan bayi sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor pelayanan kebidanan yang diberikan kepada ibu, anak, keluarga dan masyarakat (Saifuddin, 2016; Kemenkes, 2020; Purnamasari, 2022)

Tercapainya pertumbuhan dan pemberian ASI pada ibu nifas baik yang lancar atau tidak dapat menyebabkan ibu tidak memberikan ASI pada bayinya dengan cukup. Selain hormon prolaktin, proses laktasi juga bergantung pada hormon oksitosin, yang dilepas dari hipofisis posterior sebagai reaksi terhadap penghisapan puting (Dahniar and Sari, 2021; Sari and Marbun, 2021).

Menurut data WHO (*World Health Organisation*) tahun 2015 jumlah bayi diberi ASI Eksklusif mencapai sekitar 24,6%. Sedangkan pada tahun 2016 mengalami peningkatan menjadi 32,7% dan pada tahun 2017 jumlah bayi diberi ASI Eksklusif sekitar 38,4% (WHO, 2017). Berdasarkan Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2015 jumlah bayi yang diberi ASI Eksklusif sekitar 52,8%. Sedangkan pada tahun 2016 jumlah bayi yang diberi ASI sekitar 54,7% dan pada tahun 2017 jumlah bayi yang diberi ASI Eksklusif sekitar 55,4%. Namun angka ini rata - rata bayi yang diberi ASI Eksklusif sampai 6 bulan (BPS, 2017). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Propinsi Sulawesi Selatan tahun 2015 menunjukkan bahwa jumlah bayi yang diberi ASI hanya sebanyak 8.956 (58.78%). Sedangkan pada tahun 2016 sebanyak 15.732 sedangkan tahun 2017 jumlah bayi yang diberi ASI sebanyak 8.856 orang (58.76%) (Kemenkes, 2019).

Beberapa usaha yang dapat dilakukan oleh bidan untuk membantu memperbanyak produksi ASI pada ibu post partum. Salah satu caranya adalah dengan perawatan payudara dan pijat oksitosin. Hormon di dalam tubuh yang berfungsi dalam produksi ASI adalah hormon oksitosin. Ketika lancarnya produksi hormon oksitosin,

berfungsi agar sel-sel alveoli di kelenjar payudara bisa berkontraksi dengan baik (Blencowe *et al.*, 2016; Salamah and Prasetya, 2019; Rohemah, 2020).

Pijat oksitosin untuk ibu menyusui bermanfaat untuk merangsang hormon oksitosin sehingga nantinya bisa memperlancar keluarnya ASI. Pijat oksitosin juga membuat ibu menjadi lebih nyaman dalam menyusui bayi. Adapun dampak yang terjadi pada bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif 3 memiliki resiko kematian karena diare dan infeksi saluran pernapasan 3,94 kali lebih besar dibandingkan bayi yang mendapat ASI eksklusif (Soetjiningsih, 2015; Ratna, 2017; Rohemah, 2020; Sari and Marbun, 2021). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan efektifitas perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Pattingaloang pada bulan September sampai dengan bulan November 2021. Metode penelitian menggunakan penelitian komparatif dengan *uji T independen dan Uji T dependen*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Subjek pada penelitian ini yaitu ibu postpartum yang berada di ruang nifas di Puskesmas Patingalloang. Jumlah sampel sebanyak 30 ibu postpartum yang diberikan perawatan payudara dan pijat oksitosin. Perawatan payudara dan pijat oksitosin dilakukan oleh peneliti dan dibantu oleh Bidan yang bertugas di ruang Nifas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik subjek

Karakteristik deskriptif subjek penilaian di tunjukkan pada Tabel 1. Distribusi umur terbanyak pada umur 25 – 34 tahun sebanyak 66,7% dan paling sedikit pada umur 35-45 tahun sebanyak 13,3%. Karakteristik pendidikan yang terbanyak pada tingkat Sarjana dan SMA yaitu masing-masing sebanyak 33,3%. Karakteristik berdasarkan pekerjaan terbanyak sebagai IRT sebanyak 70% dan pada pekerjaan sebagai PNS, honorer dan wirausaha masing-masing sebanyak 10%.

Tabel 1. Karakteristik subjek (n=30)

Variabel	Kategori	f	%
Umur	16 – 24	6	20
	25 – 34	20	66,7
	35 – 45	4	13,3
	Total	30	100
Pendidikan	Sarjana/ Diploma	10	33,3
	SMA	10	33,3
	SMP	6	20
	SD	4	13,3
	Total	30	100
Pekerjaan	PNS	3	10
	Honorer	3	10
	Wirausaha	3	10
	IRT	21	70
	Total	30	100
Pijat Oksitosin	Lancar	26	89,4

Variabel	Kategori	f	%
	Tidak Lancar	4	11.6
	Total	30	100.0
Perawatan Payudara	Lancar	7	17.5
	Tidak Lancar	23	83.5
	Total	30	100.0

Sumber : Data primer, 2021

Tabel 1 juga menunjukkan ibu yang diberi perlakuan pijat oksitosin mendapatkan ASI yang lancar sebanyak 89,4% dan yang tidak lancar sebanyak 11,6%. Sedangkan ibu yang diberikan perlakuan perawatan payudara mendapatkan ASI yang tidak lancar sebanyak 83,5% dan yang lancar hanya sebanyak 17,5%.

Perbedaan peningkatan produksi ASI pada saat dilakukan perawatan payudara dan pijat oksitosin di Puskesmas Patingalloang

Tabel 2 menunjukkan hasil uji *T independen* dan Uji *T dependen* test didapatkan perbedaan hasil perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI dengan nilai signifikan 0,000 ($p < 0,05$).

Tabel 2. Peningkatan Produksi ASI pada saat dilakukan Perawatan Payudara dan Pijat Oksitosin di Puskesmas Patingalloang

	Paired Differences		95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)	
	Means	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower				Upper
Perawatan Payudara - Pijat Oksitosin	0,63333	0,61495	0,11227	0,40371	0,86296	5,641	29	0,000

Keterangan : uji *T independen* dan uji *T dependen*, signifikan jika ($p < 0,05$)

Pada hasil perbandingan pengeluaran ASI antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol sebelum intervensi didapatkan bahwa pengeluaran ASI kedua kelompok tersebut adalah homogen sedangkan sesudah intervensi pengeluaran ASI kedua kelompok tersebut tidak lagi homogen. Sehingga dapat disimpulkan bahwa perbedaan pengeluaran ASI antara kelompok perawatan payudara dan pemberian oksitosin yaitu pemberian stimulasi oksitosin. Hal ini dapat terjadi karena stimulasi pijat oksitosin akan meningkatkan hormone oksitosin yang dapat merangsang produksi oksitosin oleh hipofise posterior. Pijat stimulasi oksitosin terbukti dapat meningkatkan kadar hormon prolaktin (produksi ASI) karena meningkatkan rangsangan pada impuls saraf aferen sehingga hormone oksitosin meningkat (let down reflex) dengan peningkatan hormone tersebut akan memberikan umpan balik terhadap peningkatan hormone prolaktin (prolaktin refleksi) (Asridawati Akib, 2017; Hesti et al., 2017).

Penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan Hesti et al. (2017) bahwa rerata sekresi ASI antara pretest dan Post -test dalam kelompok eksperimen adalah 203,82 cc dan kelompok kontrol adalah 54,9 cc dengan p -value 0,000 ($< 0,05$) sehingga dapat dinyatakan terdapat peningkatan yang cukup signifikan dari kombinasi

perawatan payudara dan pijat oksitosin dalam meningkatkan sekresi ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Batealit Jepara.

Laktasi melibatkan proses produksi dan pengeluaran ASI. Produksi ASI sudah dimulai sejak kehamilan, dan pengeluaran ASI masih dihambat selama masa kehamilan. Segera setelah bayi dan placenta lahir, estrogen dan progesterone turun drastis sehingga kerja prolaktin dan oksitosin akan maksimal sehingga pengeluaran dan pengeluaran ASI akan lancar. Tidak keluarnya ASI tidak semata karena produksi ASI tidak ada atau tidak mencukupi, tetapi sering kali produksi ASI cukup namun pengeluarannya yang dihambat akibat hambatan sekresi oksitosin (Soetjiningsigh, 2015; Rizqiani, 2017; Sumardilah et al., 2017).

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormone prolactin dan oksitosin setelah melahirkan (Ratna, 2017; Magdalena et al., 2019).

Beberapa faktor yang mempengaruhi pengeluaran ASI adalah semakin cepat memberikan tambahan susu pada bayi menyebabkan daya isap berkurang karena bayi mudah merasa kenyang. Bayi akan malas menghisap puting susu dan mengakibatkan produksi prolaktin dan oksitosin akan berkurang. Perasaan ibu dapat menghambat atau meningkatkan pengeluaran oksitosin, seperti perasaan takut, gelisah, marah, sedih, cemas, kesal, malu, atau nyeri hebat akan mempengaruhi refleks oksitosin yang akhirnya menekan pengeluaran ASI. Sebaliknya, perasaan menyayangi bayi, memeluk, mencium, dan mendengar bayinya menangis atau perasaan bangga dapat menyusui bayinya, akan meningkatkan pengeluaran ASI. Dukungan suami maupun keluarga lain dalam rumah akan sangat membantu berhasilnya seorang ibu untuk menyusui. Isapan bayi tidak sempurna atau puting susu ibu yang sangat kecil, hal ini akan membuat produksi hormone oksitosin dan hormone prolaktin akan terus menurun dan ASI akan berhenti. Cara menyusui yang tidak tepat, tidak dapat mengosongkan payudara dengan benar yang akhirnya akan menurunkan produksi ASI (Alkema et al., 2016; Rizqiani, 2017; Yolanda, 2020; Sari and Marbun, 2021).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dapat di simpulkan bahwa terdapat perbedaan antara perawatan payudara dan pijat oksitosin pada ibu nifas di Puskesmas Patingalloang. Maka dari itu, diharapkan bidan dapat mengajarkan suami atau keluarga untuk melakukan pijat oksitosin di rumah untuk membantu produksi asi lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

Alkema L, Chou D, Hogan D, Zhang S, Moller AB, Gemmill A, Fat DM, Boerma T, Temmerman M, Mathers C, Say L. 2016. Global, regional, and national levels and trends in maternal mortality between 1990 and 2015, with scenario-based projections to 2030: A systematic analysis by the un-Maternal Mortality Estimation Inter-Agency Group. *The Lancet*. World Health Organization, 387(10017): 462–474. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)00838-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)00838-7).

- Asridawati Akib. 2017. Pengaruh Intervensi Pijat Payudara dan pijat stimulasi oksitosin terhadap kadar hormon prolaktin ibu postpartum di Rskdia Siti Fatimah dan Puskesmas Batua Makassar. [Tesis]. Universitas Hasanuddin Makassar.
- Blencowe H, Cousens S, Jassir FB, Say L, Chou D, Mathers C, Hogan D, Shiekh S, Qureshi ZU, You D, Lawn JE. 2016. National, regional, and worldwide estimates of stillbirth rates in 2015, with trends from 2000: A systematic analysis. *The Lancet Global Health*, 4(2): e98–e108. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(15\)00275-2](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(15)00275-2).
- BPS [Badan Pusat Statistik]. 2017. SDKI (Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia). Badan Pusat Statistik: Jakarta.
- Dahniar, Sari LP. 2021. sosialisasi imunisasi tetanus toxoid dan pengolahan makanan yang tepat pada ibu hamil di Puskesmas Batua Makassar. *JPM*, 7(3): 36–40.
- Hesti KY, Pramono N, Wahyuni S, Widyawati MN, Santoso B. 2017. Effect of Combination of Breast Care and Oxytocin Massage on Breast Milk Secretion in Postpartum Mothers. *Belitung Nursing Journal*, 3(6):784-790. <https://doi.org/10.33546/bnj.293>
- Kemendes [Kementerian Kesehatan RI]. 2019. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia: Jakarta.
- Kemendes [Kementerian Kesehatan RI]. 2020. Buku KIA Kesehatan Ibu dan Anak. Kementerian kesehatan RI. Kemendes RI: Jakarta.
- Magdalena, Tompunuh M, Sujawaty S. 2019. Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum di Ruang Nifas Rumah Sakit Umum Daerah Prof Aloi Saboe Kota Gorontalo. *Prosiding Sem-Nas UIT*, 1(1).
- Purnamasari L. 2022. pendidikan Kesehatan Tentang Pentingnya Personal Hygiene Pada Masa Nifas di Puskesmas Bowong Cindea Kab. Pangkep. , 2(2): 161–168. <https://doi.org/10.25008/altifani.v2i2.215>.
- Ratna W. 2017. Efektifitas perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap pengeluaran asi pada ibu nifas post SC. [Skripsi]. Poltekkes Kemendes Kendari.
- Rizqiani AP. 2017. Pengaruh Terapi Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi pada Ibu Post Partum Primigravida di Rumah Bersalin Citra Insani Semarang. [Skripsi]. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Rohemah E. 2020. Dukungan Bidan Terhadap Pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Jamblang Kabupaten Cirebon Tahun 2020. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(7): 274. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v5i7.1459>.
- Saifuddin. 2016. Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal. EGC: Jakarta.
- Salamah U, Prasetya PH. 2019. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kegagalan Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Kebidanan*, 5(3): 199-204.
- Sari LP, Marbun U. 2021. Pengaruh Pemberian Susu Kedelai pada Ibu Nifas terhadap Kelancaran Produksi ASI di Puskesmas Bowong Cindea Kabupaten Pangkep. *UMI Medical Journal*, 6(2): 123–128. <https://doi.org/10.33096/umj.v6i2.151>.
- Soetjiningsih. 2015. Pemberian ASI Pada Masa Post Partum. EGC: Jakarta.
- Sumardilah DS, Rahmadi D, Risyantia A. 2018. Pelatihan Pembuatan Mp-Asi Who Berbasis Pangan Lokal Bagi Kader Posyandu Dan Ibu Baduta Di Desa Sidosari. *Sakai Sambayan: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(1): 36-40. <http://dx.doi.org/10.23960/jss.v2i1.93>.
- WHO [World Health Organization]. 2017. *World Health Statistics 2017: Monitoring Health for The Sustainable Development Goals*. World Health Organization: Geneva.

Yolanda. 2020. Pengaruh Pemberian Susu kedelai terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum: Systematic Literature Review. [Skripsi]. Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur.