

PENERAPAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP MASALAH MENYUSUI TIDAK EFEKTIF PADA IBU POST PARTUM SPONTAN

Natasya Kusuma Wardhani, Priharyanti Wulandari*

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Raflesia Depok, Jl. Mahkota Raya 32-B, Komplek Pondok Duta I Jl. Mahkota Raya No.32 B, Tugu, Cimanggis, Depok, Jawa Barat 16451, Indonesia

[*wulancerank@gmail.com](mailto:wulancerank@gmail.com)

ABSTRAK

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi dan makanan terbaik bagi anak demi tumbuh kembang yang optimal. Produksi ASI yang kurang dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak. Salah satu Solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI adalah dengan cara melakukan pijat oksitosin. Pijat oksitosin adalah pijat disepanjang tulang belakang (vertebre) sampai tulang costae kelima atau keenam, berfungsi untuk meningkatkan oksitosin, sehingga ASI dapat keluar dengan lancar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas penerapan pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum. Desain penelitian yang digunakan ialah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode studi kasus dengan jumlah responden sebanyak 15 responden dengan melakukan pijat oksitosin selama 2 hari berturut-turut dengan frekuensi 2x sehari selama 10-15 menit. Instrumen yang digunakan adalah lembar informed consent, lembar observasi dan evaluasi dan lembar standar operasional prosedur (SOP). Hasil penelitian menunjukkan setelah dilakukan pijat oksitosin pada ibu post partum, produksi ASI pada intervensi pertama belum terlihat adanya peningkatan produksi ASI sampai pada intervensi kedua baru mulai terlihat adanya tetesan ASI yang keluar saat dilakukan pijat oksitosin dan terdapat peningkatan sesudah pemberian terapi pijat oksitosin pada hari pertama pada pemijatan kedua dan di hari kedua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat oksitosin mampu meningkatkan produksi ASI ibu post partum.

Kata kunci: pijat oksitosin; post partum spontan; produksi ASI

THE APPLICATION OF OXYTOCIN MASSAGE TOWARDS BREASTFEEDING PROBLEMS IS NOT EFFECTIVE IN SPONTANEOUS POST-PARTUM MOTHERS

ABSTRACT

Mother's milk (ASI) is the best nutrition and food for children for optimal growth and development. Insufficient breast milk production can hinder a child's growth and development. One solution to overcome irregularities in breast milk production is by doing an oxytocin massage. Oxytocin massage is a massage along the spine (vertebre) up to the fifth or sixth rib bone, which functions to increase oxytocin, so that breast milk can come out smoothly. This study aims to determine the effectiveness of applying oxytocin massage to smooth breast milk production in post partum mothers. The research design used was descriptive research using the case study method with a total of 15 respondents who performed oxytocin massage for 2 consecutive days with a frequency of 2x a day for 10-15 minutes. The instruments used were informed consent sheets, observation and evaluation sheets and standard operating procedure (SOP) sheets. The results of the study showed that after oxytocin massage was carried out on post partum mothers, breast milk production in the first intervention did not see an increase in breast milk production until in the second intervention, breast milk droplets began to be seen coming out during the oxytocin massage and there was an increase after giving oxytocin massage therapy on the first day. on the second massage and on the second day. The research results show that oxytocin massage can increase breast milk production in post-partum mothers.

Keywords: breast milk production; oxytocin massage; spontaneous postpartum

PENDAHULUAN

United Nations Children's Fund (UNICEF) dan World Health Organization (WHO) dalam rangka menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi, merekomendasikan sebaiknya bayi hanya di berikan air susu ibu (ASI) selama paling sedikit enam bulan, dan pemberian ASI di lanjutkan sampai bayi berumur dua tahun, maka dari itu bayi baru lahir di rekomendasikan agar melakukan inisiasi menyusui dalam satu jam pertama kehidupan, yang mana bayi hanya menerima ASI tanpa tambahan makanan atau minuman, serta menyusui tidak menggunakan botol atau dot (WHO, 2018). Pengeluaran ASI dipengaruhi oleh

hormon oksitosin dan endorfin. Hormon endorfin dapat mengendalikan rasa stress dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Jika stimulasi dari hormon endorfin kurang maka perasaan stress tidak terkendali. Hal ini akan berkaitan dengan hormon oksitosin yang akan mengeluarkan ASI karena cara kerja hormon oksitosin sangat bergantung pada faktor psikologis atau kejiwaan. Ibu yang selalu dalam keadaan gelisah, kurang percaya diri, tertekan dan berbagai bentuk ketegangan emosional, mungkin akan gagal dalam menyusui bayinya. Jika hormon oksitosin terganggu maka sel otot disekitar kelenjar payudara tidak akan mengerut dan ASI tidak terperas keluar (Pratiwi & Nurrohmah, (2023).

Terdapat berbagai cara untuk meningkatkan produksi ASI dan hormone oksitosin yaitu dengan teknik farmakologi yaitu dengan mengonsumsi obat herba asimor, herba asimor adalah obat pelancar ASI yang mengandung bahan alami, seperti ekstrak daun katuk (*Sauropus androgynus*), daun torbangun (*Coleus amboinicus* lour extract), dan ikan gabus (*Channa striata* fraction), selanjutnya ada Herbatia Sari ASI mengandung ekstrak daun katuk (*sauropus androgynus* folium extract) dan ekstrak biji klabat (*Trigonella foenum graecum* extract) yang digunakan sebagai obat pelancar ASI. Bahan alami ini mampu merangsang pelepasan hormon prolaktin sehingga dapat membantu melancarkan produksi ASI. Salah satu alternatif untuk meningkatkan sirkulasi serta dukungan hormone oksitosin dan endorfin dapat dilakukan pijat oksitosin. Pijat oksitosin merupakan pemijatan pada tulang belakang yang dimulai pada tulang belakang sampai tulang costae kelima keenam (Widiastuti & Ramayanti, 2022).

Pijat Oksitosin merupakan salah satu solusi yang paling tepat untuk merangsang dan menstimulus produksi ASI dengan memijatan sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) hingga ke tulang rusuk. Pijatan ini memberikan rasa nyaman pada ibu pasca proses melahirkan sehingga pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin tidak terhambat. Saat tulang belakang ibu dirangsang dengan pijatan, hormon akan dilepaskan. Memijat tulang belakang ibu akan menenangkan dan merileksasikan, meningkatkan ambang nyeri, membuat ibu menyayangi bayinya, serta segera mengeluarkan hormon oksitosin dan ASI. Pijat oksitosin efektif dilakukan 2 kali sehari pagi dan sore pada hari pertama dan kedua post partum, karena pada kedua hari tersebut ASI belum terproduksi cukup banyak (Marantika et al., 2023)

Berdasarkan penelitian pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI karena dapat memicu pengeluaran hormone oksitosin. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidak lancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang costae kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Selain memberi kenyamanan pada ibu dan merangsang refleksi oksitosin, pijat oksitosin juga memiliki manfaat lain, yaitu mengurangi pembengkakan payudara (*engorgement*), mengurangi sumbatan ASI (*plugged/milk,duct*), dan membantu mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Armini NW, Marhaeni GA, Sriasih GK, 2020).

Hal ini sejalan dengan penelitian Puput Sukmawati., Heny Prasetyorini., (2022) Didapatkan hasil penelitian pada Jurnal Kesehatan Raflesia – Vol. 01 No. 01 (20xx) 4 hari pertama pemijatan oksitosin, dengan ketidak adekuatan suplai ASI. Hasil studi kasus setelah 3 hari penerapan pijat oksitosin menunjukkan bahwa ada peningkatan produksi ASI pada kedua responden. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Putri Dwita., Muthia Mutmainnah., (2023) Hasil penelitian menunjukkan terdapat diagnosis Menyusui Tidak Efektif dengan pemberian Pijat Oksitosin selama 5 hari didapatkan hasil bahwa setelah dilakukan intervensi ada peningkatan produksi ASI pada ibu post partum pada hari pertama tidak tampak adanya tetesan ASI yang keluar namun setelah intervensi hari keempat dan kelima ada tetesan/pancaran ASI yang keluar saat pijat oksitosin. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hasil implementasi pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum di RSUD Cibinong Tahun 2024”

METODE

Jenis metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah studi kasus deskriptif. Desain penulisan pada karya ilmiah ini yaitu studi kasus deskriptif, untuk membuat gambaran asuhan keperawatan teknik pijat oksitosin yang dapat merangsang kerluarnya ASI di ruang post partum RSUD Cibinong, pada penerapan ini alat yang digunakan adalah pedoman pijat oksitosin, prosedur penerapannya yaitu dengan cara mengukur produksi ASI sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin. Pijat oksitosin dilakukan sebanyak 2 kali sehari selama 10 menit, setelah klien diberikan pijat oksitosin selama 10 menit di pagi hari kemudian dilakukan evaluasi setiap setelah tindakan dilakukan kemudian dilakukan pemijatan oksitosin lagi pada sore hari sebelum dilakukan pemijatan dilakukan observasi terlebih dahulu setelah itu dilakukan pijat oksitosin selama 10 menit dan dilakukan evaluasi kembali setelah dilakukan pemijatan. Pengumpulan data dilakukan melalui lembar observasi kecukupan ASI pada responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Hasil Observasi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Oksitosin Hari Ke-1 pada Ibu Post Partum

	Sebelum		Sesudah pemijatan pertama	
	f	%	f	%
Payudara Bengkak	3	4,55	0	0
Tetesan /pancaran ASI	9	4,76	15	16,67
Bayi rewel saat menyusui	4	20,63	0	0
Frekuensi BAK bayi (6-8x)	10	9,52	15	16,67
Frekuensi Menyusui bayi (6-8x)	10	9,52	15	16,67
Isapan Kuat	15	22,73	15	16,67
Payudara kosong setelah menyusui	15	22,73	15	16,67

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa belum ada perubahan yang signifikan saat perlakuan pemijatan yang pertama, sebelum dilakukan pijat oksitosin didapatkan hasil 10 pasien masih mengalami payudara bengkak dengan presentase 15,87%, dan 5 pasien mengalami peningkatan tetesan ASI dengan presentase 4,76%, dan terdapat 13 bayi rewel saat menyusui dengan presentase 20,63%, frekuensi BAK/BAB 6-8x sehari sebanyak 6 bayi dengan presentase 9,52 %, isapan bayi kuat terdapat 10 bayi dengan presentase 15,87%, 15 responden dengan payudara kosong setelah menyusui dengan presentase 23,81%, setelah dilakukan pemijatan oksitosin belum terdapat peningkatan yang signifikan untuk produksi ASI pada pasien.

Tabel 2.

Tabel Distribusi Frekuensi Hasil Observasi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Oksitosin Hari Ke-2 Pada Ibu Post Partum

	Sebelum		Sesudah pemijatan kedua	
	f	%	f	%
Payudara Bengkak	10	15,87	3	4,55
Tetesan /pancaran ASI	5	13,64	9	13,64
Bayi rewel saat menyusui	13	6,06	4	6,06
Frekuensi BAK bayi (6-8x)	6	15,15	10	15,15
Frekuensi Menyusui bayi (6-8x)	6	15,15	10	15,15
Isapan Kuat	10	15,8	15	22,73
Payudara kosong setelah menyusui	15	23,81	15	22,73

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil peningkatan yang signifikan dimana didapatkan hasil sebelum dilakukan pemijatan oksitosin 3 responden masih mengalami payudara bengkak dengan hasil presentase 4,55%, 9 responden mengalami tetesan ASI meningkat dengan presentase 13,64%.

Setelah dilakukan pemijatan oksitosin didapatkan peningkatan bahwa seluruh pasien sudah tidak mengalami pembengkakan payudara sehingga presentase hasil di dapatkan sebesar 0,00%, pancaran atau tetesan ASI pada pasien sudah meningkat dengan presentase 16,67%, frekuensi menyusui juga sudah meningkat didapatkan presentase 16,67%, hisapan bayi kuat dan payudara ibu kosong setelah menyusui bayi nya sehingga mendapatkan hasil presentase masing masingnya sebesar 16,67%,di hari ke-2 keluhan pasien mulai menurun.

Berdasarkan data yang peneliti dapat melalui penelitian yang dilaksanakan pada Juni-Juli 2024, peneliti membahas tentang penerapan pijat oksitosin pada ibu post partum spontan dengan masalah menyusui tidak efektif di RSUD Cibinong tahun 2024, pijat ini dilakukan selama 2 hari di hari ke 2 post partum pada ibu post partum spontan yang memiliki masalah menyusui tidak efektif. Responden berjumlah 15 responden yang sesuai dengan kriteria inklusi, sesuai data pada observasi di hari pertama belum terdapat perubahan yang signifikan terkait peningkatan produksi ASI pada ibu post partum pada saat sebelum dilakukan pemijatan oksitosin didapatkan hasil bahwa sebelum diberikan pijat oksitosin terdapat 6 responden mengalami pembengkakan payudara, 2 responden mengalami tetesan ASI meningkat, 9 responden mengalami bayi rewel saat menyusui, 1 responden dengan frekuensi BAK/BAB bayi 6-8x sehari, dan 5 responden mendapatkan hasil frekuensi menyusui bayi 6-8x sehari

Di hari ke-1 setelah dilakukan teknik pemijatan oksitosin selama 10 menit dan dilakukan 2x sehari di dapatkan peningkatan dengan hasil 3 responden mengalami payudara bengkak, 9 responden mengalami tetesan ASI meningkat, 4 responden bayi nya masih rewel saat menyusui, 10 responden bayi BAK/BAB 6-8 x sehari, 10 responden dengan peningkatan frekuensi menyusui 6-8x sehari, seluruh responden dengan hisapan bayi yang kuat, seluruh responden juga mengalami payudara kosong setelah menyusui. Di hari ke-2 setelah dilakukan pijat oksitosin pada pasien, didapatkan hasil yang signifikan pada seluruh responden bahwa seluruh pasien sudah tidak mengalami pembengkakan payudara, pancaran atau tetesan ASI sudah meningkat, frekuensi BAK/BAB 6-8x, frekuensi menyusui juga sudah meningkat, hisapan bayi kuat dan payudara ibu kosong setelah menyusui bayi nya, di hari ke-2 keluhan pasien mulai menurun. Terdapat keefektifan terapi pijat oksitosin terhadap ibu post partum dengan masalah keperawatan menyusui tidak efektif sesudah pemberian pada hari pertama dan kedua.

Masalah yang dialami oleh responden sejalan dengan teori Pratiwi & Nurrohmah, (2023) bahwa Produksi ASI tidak lancar hari-hari pertama setelah melahirkan disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam kelancaran produksi ASI. Hormon prolaktin berperan dalam proses pembentukan ASI dan hormon oksitosin berperan dalam proses pengeluaran ASI. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Azis & Herawati (2023) menunjukkan bahwa milk intake pada responden yang dilakukan pijat oksitosin didapatkan lebih tinggi dibandingkan kelompok yang tidak dilakukan perlakuan. Perbedaan milk intake pada kelompok yang dilakukan pijat oksitosin cukup signifikan dibandingkan kelompok control. Hasil penelitian ini membuktikan pijat oksitosin mampu meningkatkan produksi ASI.

Menurut penelitian (Puspitaningsih, 2023) menunjukkan bahwa produksi ASI sebelum diberikan tindakan pijat oksitosin dan setelah dilakukan pemijatan pada area vertebra yang dapat mengacu hormon prolaktin dan oksitosin sehingga meningkatnya produksi ASI pada penelitian tersebut menunjukkan adanya peningkatan produksi ASI. Hal ini sejalan dengan penelitian (Hidayah, 2023) yang mengatakan bahwa pengaruh pijat oksitosin terhadap kecukupan produksi ASI pada ibu nifas diketahui bahwa dari 16 responden yang melakukan pijat oksitosin terdapat 15 orang yang memiliki produksi ASI cukup, sedangkan dari 15 responden yang tidak melakukan pijat oksitosin terdapat 9 orang memiliki produksi ASI cukup.

SIMPULAN

Setelah dilakukan pijat oksitosin pada kasus ibu post partum dengan masalah menyusui tidak efektif dapat disimpulkan bahwa manfaat pijat oksitosin dalam memperlancar dan meningkatkan produksi ASI dimana pada intervensi pertama belum terlihat adanya peningkatan produksi ASI sampai pada intervensi kedua baru mulai terlihat adanya tetesan ASI yang keluar saat dilakukan pijat oksitosin.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia Gustanti, Amalia Implementasi Pijat Oksitosin Hypnobreastfeeding Dalam Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Partum Di Ruang Delima RSUD Ciamis. Diss. POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA, 2022.
- Azis, A., & Herawati, N. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kecukupan Asi Pada Ibu Nifas Di PMB NH Sawangan Kota Depok Jawa Barat. *Bunda Edu-Midwifery Journal (Bemj)*, 6(2), 19–23. <https://doi.org/10.54100/Bemj.V6i2.112>
- Hidayah, A., & Dian Anggraini, R. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di BPM Noranita Kurniawati. *Journal Of Education Research*, 4 (1), 234–239. <https://doi.org/10.37985/Jer.V4i1.154>
- Ika.M,D, & Prastiwi.P,B,Ari.W (2022) Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Jurnal Keperawatan Volume 14 Nomor 1, Maret 2022
- Lailatul.K, & Mukhoirotin (2019) Pengaruh Terapi Akupresur Dan Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum Di RSUD Jombang
- Lestari, Lieni, Melyana Nurul Widyawati, and Admini Admini. "Peningkatan Pengeluaran Asi Dengan Kombinasi Pijat Oksitosin Dan Teknik Marmet Pada Ibu Post Partum (Literatur Review)." *Jurnal Kebidanan* 8.2 (2018): 120-129
- Marantika, S., Choirunissa, R., & Kundaryanti, R. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum. *Menara Medika*, 5 (2), 277–285. <https://doi.org/10.31869/Mm.V5i2.4166>
- Nurainun, Elis, and Endang Susilowati. "Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas: Literature Review." *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa* 7.1 (2021): 20.
- Pesta. A .P, Sitti. R .S ,Fitria.P (2023) Penerapan Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di RSUD Gemolong Purnamasari,
- Kurniati Devi, and Yudita Ingga Hindiarti. "Metode Pijat Oksitosin, Salah Satu Upaya Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum." *Jurnal Kesehatan Perintis* 7.2 (2020): 1-8.
- Pratiwi, L. N., & Nurrohmah, A. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin Menggunakan Essential Oil Lavender Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Desa Kemiri. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 8(1), 8–12. <https://doi.org/10.51143/Jksi.V8i1.399>
- Priharyanti .W , Menik .K, Khusnul .A, (2018) Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum melalui Tindakan Pijat Oksitosin *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia* Vol 2, No 1, 2018
- Puspitaningsih, D. (2023). Hari Pekan Asi Sedunia: Pijat Oksitosin Lancarkan Produksi Air Susu Ibu (Asi). *Artikel, Edukasi*. <https://rsa.ugm.ac.id/2023/08/Hari-Pekan-Asi-Sedunia-Pijat-Oksitosin-Lancarkan-Produksi-Air-Susu-Ibu-Asi/>

- Rahayu, Dwi, and Yunarsi Yunarsi. "Penerapan Pijat Oksitosin Dalam Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum." *Journals of Ners Community* 9.1 (2018): 8-14.
- Rahayu, Heni Setyowati Esti, and Kartika Wijayanti. "Penerapan Rolling Massage Punggung Untuk Mengatasi Masalah Menyusui Tidak Efektif." *Borobudur Nursing Review* 2.2 (2022): 65-71.
- Rini .K, Evi .R, Jenny. A. S (2023) *Jurnal Menara Medika JMM* 2023 *Jurnal Menara Medika* Vol 6 No 1 September 2023 Perbandingan Nyeri Persalinan Pada Ibu Yang Mendapatkan Pijat Oksitosin Dengan Pijat Endorphin
- Saputri, Ika Nur, Desideria Yosepha Ginting, and Ilusi Ceria Zendato. "Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi asi pada ibu postpartum." *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)* 2.1 (2019): 68-73.
- Tria. J, Winda .W, Ade .K (2022) *Manajemen Non Farmakologi Untuk Meningkatkan Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Jurnal Bimtas : Jurnal Kebidanan Umtas* Volume: 6 Nomor 1
- Widiastuti, Y. P., & Ramayanti, E. D. (2022). Tingkat Pengetahuan Ibu Menyusui Berpengaruh Terhadap Upaya Untuk Meningkatkan Produksi Asi Selama Pandemi Covid 19. *Nurscope: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan*, 7(2), 97. <https://doi.org/10.30659/Nurscope.7.2.97-106>