

**PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KELANCARAN ASI
PADA IBU PRIMIPARA
(Di Posyandu Balita Desa Segodobancang Kecamatan Tarik Kabupaten Sidoarjo)**

Umy Naziroh² Inayatur Rosyidah² Iva Millia H.R³
^{1,2,3}STIKES ICME Jombang

ABSTRACT

The inability of secretion of breastfeeding was a problem which was experienced by breastfeeding mothers. It was needed non pharmacology effort namely massage of oxytocyn. The purpose of this study was to analyze the effect of oxytocyn massage to the smoothness of breastfeeding in primiparous mother in the Village of Segodobancang Districts of Tarik, Sidoarjo regency. This research design was one group pre test post test design. The population in this study were all primiparous mothers who experienced insufficiency of breastfeeding expenditure in the village of Segodobancang sub-districts of Tarik, Sidoarjo regency a number of 27 mothers. The sample amounted to 25 mothers with simple random sampling technique. The independent variable was the oxytocyn massage and the dependent variable was the fluency of mother's milk in primiparous. The data collection used observation sheet and questionnaire. The technique of data processing used editing, coding, scoring, tabulating and its statistical test used the statistical test of wilcoxon rank test. The results of this study were obtained from 25 respondents, before Oxytocyn massage was conducted, most of the respondents of their fluidity breastfeeding expenditure of 0 (0%), smoothly enough were 8 mothers (32%), less fluent were 17 mothers (68%), after being conducted oxytocyn massage most of their fluidity breastfeeding expenditure were 25 mothers (100%). The wilcoxon statistical test showed that's the value of $p = 0,000 < \alpha (0.05)$ so that H_1 was accepted. The conclusion was that there's an effect of oxytocyn massage to the smoothness of breastfeeding in the Toddler Posyandu of Segodobancang village, sub-districts of Tarik, Sidoarjo regency.

Keywords : *fluidity breastfeeding, oxytocyn massage, primiparous mother*

A. PENDAHULUAN

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, 76). Fenomena yang terjadi pada ibu melahirkan anak pertama mengalami masalah menyusui dengan ketidak lancaran keluarnya ASI, Selain itu ibu sering mengeluhkan bayinya sering menangis atau menolak menyusu. Puting lecet sehingga tidak memberikan ASI. Sering diartikan bahwa ASInya tidak cukup atau ASI nya tidak enak, sehingga sering menyebabkan diambilnya keputusan untuk menghentikan menyusui (Maliha, dkk, 2011, 87).

Di Indonesia 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% (Depkees RI, 2013, 72). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Jawa Timur (2013), cakupan pemberian ASI eksklusif di Propinsi Jawa Timur yaitu sebesar 68,3% . Didapatkan cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar 8.598 (56,89%) dari total 15.111 bayi. Di Kabupaten Sidoarjo pada tahun 2014 sebesar 13.574 atau 54,5% dari 24.942 bayi. Dibandingkan target tahun 2014 sebesar 75%, maka pencapaian ASI eksklusif di Kabupaten Sidoarjo masih jauh dibawah target. Di Desa Segodobancang Kecamatan Tarik, Kabupaten Sidoarjo sebesar 152 bayi yang diberikan ASI eksklusif. Dari studi pendahuluan pada saat posyandu balita di Desa Segodobancang Kecamatan Tarik,

Kabupaten Sidoarjo dengan cara wawancara 9 ibu didapatkan 7 ibu yang menyusui mengalami ketidak lancarn pengeluaran ASI dan 2 mengatakan pengeluaran ASI lancar. Beberapa faktor diduga menjadi penyebab bayi tidak mendapatkan ASI dengan baik salah satunya adalah faktor pengetahuan ibu. Keengganan ibu untuk menyusui karena rasa sakit saat menyusui, kelelahan saat menyusui, serta kekhawatiran ibu mengenai perubahan payudara setelah menyusui. Faktor sosial budaya, kurangnya dukungan keluarga dan lingkungan dalam proses menyusui juga sangat berpengaruh terhadap proses pemberian ASI. Kurangnya pendidikan kesehatan mengenai faktor-faktor yang dapat meningkatkan produksi ASI turut mempengaruhi pengetahuan ibu primipara yang dapat menyebabkan kurangnya volume ASI (Budiharjo, 2003 dalam Lubis, 2010, 35). Pengeluaran hormon oksitosin selain dipengaruhi oleh isapan bayi juga dipengaruhi oleh reseptor yang terletak pada sistem duktus, bila duktus melebar atau menjadi lunak maka secara reflektoris dikeluarkan oksitosin oleh hipofise yang berperan untuk memeras air susu dari alveoli (Soetjiningsih, 2004, 32). Pijatan di daerah tulang belakang ini juga akan merileksasi 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 (Guyton, 2007, 45). Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik, untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu primipara”.

B. TINJAUAN PUSTAKA

1. Konsep Dasar Menyusui

a. Definisi

Menyusui adalah proses pemberian susu kepada bayi atau anak kecil dengan air susu ibu (ASI) dari payudara ibu. Bayi menggunakan refleks menghisap untuk mendapatkan dan menelan susu (Wikipedia, 2017).

Menyusui adalah proses memberikan makanan pada bayi dengan menggunakan air susu ibu langsung dari payudara ibu. Jadi yang dimaksud disini bukan memberikan susu dengan menggunakan botol atau sarana lainnya.

b. Anjuran Inisiasi Menyusui Dini

Menurut Marimbi (2010) beberapa alasan ibu dianjurkan menyusui bayinya segera setelah lahir sebagai berikut:

- 1) Menyusui bayi akan memberikan kepuasan dan ketenangan pada ibu, beberapa ahli menyatakan bahwa menyusui akan memberikan rasa bangga pada ibu, karena ia telah dapat memberikan kehidupan pada bayinya.
- 2) Hisapan bayi akan mempercepat proses kembalinya uterus keukuran yang normal
- 3) Hisapan bayi akan memperlancar produksi ASI
- 4) Penelitian membuktikan bahwa bayi yang disusui segera setelah lahir lebih jarang menderita penyakit infeksi dan gizi bayi pada tahun pertama jauh lebih baik dibanding dengan bayi yang terlambat diberi ASI.

c. Hal yang perlu dipertimbangkan dalam menentukan frekuensi pemberian ASI

Menurut Marimbi (2010) adapun alasan penggunaan jarak waktu pemberian ASI, ada beberapa hal yang perlu dipertimbangkan dalam menentukan frekuensi pemberian ASI:

- 1) Jarak waktu menyusui yang terlalu dekat sering menyebabkan bayi tidak mampu menghabiskan ASI yang ada dalam payudara ibu

- 2) Payudara yang tidak habis/kosong terhisap akan melemahkan rangsangan terhadap sel-sel yang menghasilkan ASI, sehingga produksi ASI akan cepat menurun.
- 3) Seorang ahli kesehatan anak “Share” mengemukakan pendapatnya bahwa anak yang makannya sedikit-sedikit akan mengakibatkan hilangnya nafsu makan karena kadar gula dalam darah anak selalu tinggi, keadaan ini akan mengurangi nafsu makan anak secara keseluruhan

C. METODE PENELITIAN

Jenis peneliti ini adalah *pra experiment* dengan menggunakan *one groups pretest-post test design*, yaitu desain eksperimen yang menggunakan satu kelompok subyek serta melakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan pada subyek (Latipun, 2011, 24). Populasinya adalah semua ibu primipara yang menyusui selama 1 bulan setelah melahirkan pada bulan april-mei di Desa Segodobancang Kecamatan Tarik, Kabupaten Sidoarjo sejumlah 27 orang. Sampel yang diambil 25 orang. Pada penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan *random sampling*.

D. HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Usia Di Posyandu Balita Desa Segodobancang Kecamatan Tarik Kabupaten Sidoarjo.

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

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa hampir seluruh responden berusia 20-25 sejumlah 18 Ibu (72%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir Ibu Primipara Di Posyandu Balita Desa Segodobancang Kecamatan Tarik Kabupaten Sidoarjo.

Pendidikan terakhir	Jumlah (Ibu)	Persentase (%)
SD / MI	0	0
SMP / MTs	0	0
SMA / MA	17	68
PT	8	32
Total	25	100

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden pendidikan terakhir SMA sejumlah 17 Ibu (68%).

Tabel 3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan di Posyandu Balita Desa Segodobancang Kecamatan Tarik Kabupaten Sidoarjo.

Pekerjaan	Jumlah (Ibu)	Persentase (%)
IRT	11	44
Wiraswasta	0	0
Swasta	12	48
Petani	0	0
PNS	2	8
Total	25	100

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa hampir setengah dari responden pekerjaan swasta sejumlah 12 Ibu (48%).

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Melakukan Perawatan Payudara Di Posyandu Balita Desa Segodobancang Kecamatan Tarik Kabupaten Sidoarjo.

Perawatan Payudara	Jumlah (Ibu)	Persentase (%)
Ya	2	8
Tidak	23	92
Total	25	100

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak melakukan perawatan payudara sejumlah 23 Ibu (92%).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Obat Pelancar ASI Di Posyandu Balita Desa Segodobancang Kecamatan Tarik Kabupaten Sidoarjo.

Obat Pelancar ASI	Jumlah (Ibu)	Persentase (%)
Ya	18	72
Tidak	7	28
Total	25	100

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengkonsumsi obat pelancar ASI sejumlah 18 Ibu (72%).

Tabel 6 Tabulasi silang pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu primipara di Posyandu Balita desa segodo bancang kecamatan Tarik kabupaten Sidoarjo.

Pijat Oksitosin	Kelancaran ASI						Total	
	Lancar		Cukup Lancar		Kurang Lancar			
	frekuensi	persentase	frekuensi	persentase	frekuensi	persentase	frekuensi	persentase
Sebelum	0	0	8	32	17	68	25	100
Sesudah	25	100	0	0	0	0	25	100
Hasil uji statistik <i>Wilcoxon</i> diperoleh $p = 0.000$								

Hasil uji statistik Wilcoxon diperoleh $p = 0.000$

Berdasarkan Tabel 6 menunjukkan bahwa diketahui 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%).

E. PEMBAHASAN

1. Kelancaran ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin.

Kelancaran ASI pada ibu primipara sebelum dilakukan pijat oksitosin berdasarkan penelitian yang dilakukan di Posyandu Balita Desa Segodobancang Kecamatan Tarik Kabupaten Sidoarjo didapatkan bahwa sebagian besar responden pengeluaran ASI kurang lancar sejumlah 17 ibu (68%). Menurut peneliti, hasil dari penelitian sebelum dilakukan pijat oksitosin sebagian besar responden pengeluaran ASI kurang lancar ASI dan tidak dapat merembes keluar melalui puting ibu disebabkan karena ibu yang jarang menyusui anaknya dan hisapan anak berkurang dengan demikian pengeluaran ASI berkurang. Hisapan bayi berpengaruh terhadap produksi ASI dikarenakan waktu bayi menghisap payudara ibu, terjadi rangsangan neorohormonal pada putting susu dan aerola ibu (Wiknjosastro, 2009, 01).

Berdasarkan tabel 1 didapatkan 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 daripada 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. Bahwa ibu-ibu yang lebih muda atau umurnya kurang dari 30 tahun lebih banyak memproduksi ASI dari pada ibu-ibu yang lebih tua (Biancuzzo 2003, 21), Bahwa ibu yang berumur 19-23 tahun pada umumnya dapat menghasilkan cukup ASI dibandingkan dengan yang berumur tiga puluhan (Pudjiadi 2005, 54). Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu berpendidikan terakhir SLTA berjumlah 17 ibu (68%). Menurut peneliti, jika pendidikan seseorang masih rendah maka pengetahuan yang dimiliki juga akan kurang. Berkurangnya pengetahuan yang dimiliki seseorang maka besar kemungkinan status kesehatan individu akan menurun atau bahkan memburuk. Pendidikan 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. Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil bahwa hampir dari setengah responden yang bekerja 12 ibu (48%). Menurut peneliti, ibu yang bekerja pengeluaran ASI kurang lancar. Disebabkan ibu yang bekerja jauh dari anak dan jarang untuk menyusui, maka produksi ASI ibu juga akan berkurang. Ibu yang bekerja merupakan salah satu kendala yang menghambat pemberian ASI eksklusif. Produksi ASI ibu bekerja memang akan berkurang, hal ini karena tanpa disadari ibu pengeluaran ASI stress akibat berada jauh dari sang buah hati (Poedianto, 2002, 67).

Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden tidak melakukan perawatan payudara 23 ibu (93%). Menurut peneliti, ibu yang tidak melakukan perawatan payudara pengeluaran ASI nya tidak lancar, sedangkan ibu yang melakukan perawatan payudara pengeluaran ASI nya lancar. Gerakan pada perawatan payudara bermanfaat melancarkan reflek pengeluaran ASI. Selain itu juga merupakan cara efektif meningkatkan volume ASI. Terakhir yang tak kalah penting, mencegah bendungan pada payudara (Pramitasari dan Saryono, 2008, 04). Berdasarkan tabel 5 didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden tidak mengkonsumsi obat pelancar ASI 18 ibu (72%). Menurut peneliti ibu yang mengkonsumsi obat pelancar ASI produksi ASI lebih banyak. Produksi ASI dapat dilancarkan dengan mengkonsumsi daun katuk, daun pare, daun pepaya. Beberapa kapsul/obat yang memperlancar ASI dan susu bubuk/cair khusus untuk ibu menyusui.

2. Kelancaran ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin

Kelancaran ASI pada ibu primipara sesudah dilakukan pijat oksitosin berdasarkan penelitian yang dilakukan di Posyandu Balita Desa Segodo bacang Kecamatan Tarik Kabupaten Sidoarjo didapatkan bahwa sebagian besar responden pengeluaran ASI lancar sejumlah 25 ibu (100%). Menurut peneliti, kelancaran ASI yang dialami ibu di Posyandu Balita Desa Segodo bacang Kecamatan Tarik Kabupaten Sidoarjo setelah dilakukan pijat oksitosin pengeluaran ASI lancar. Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI 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 Hal ini sesuai dengan penelitian dengan judul “efektifitas pijat oksitosin terhadap produksi ASI” yang menyatakan bahwa efek terhadap produksi ASI, produksi ASI lebih banyak dan ASI keluar lancar lebih awal yaitu pada hari ke-2 Sedangkan responden yang tanpa dilakukan pijat oksitosin memiliki produksi ASI yang sedikit, meskipun ASI keluar namun ASI keluar lebih lama yaitu pada hari 3-4). Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidak cukupnya ASI Menurut (Biancuzzo, dkk, 2003, 69).

3. Pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu primipara

Berdasarkan Tabel 6 menunjukkan bahwa didapatkan adanya perubahan jumlah responden sebelum dilakukan perlakuan berupa pijat oksitosin sebagian besar pengeluaran ASI kurang lancar sejumlah 17 ibu (68%) sedangkan jumlah responden setelah dilakukan

perlakuan berupa pijat oksitosin seluruh 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 *p value* penelitian ini menunjukkan nilai *p value* < α (0,05) yang berarti adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI. Berdasarkan kelancaran ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin diketahui bahwa sebelum dilakukan pijat oksitosin sebagian besar responden pengeluaran ASI kurang lancar sedangkan sesudah pijat oksitosin sebagian besar responden pengeluaran ASI lancar sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu primipara di Posyandu Balita Desa Segodobancang Kecamatan Tarik Kabupaten Sidoarjo.

Menurut peneliti, kelancaran bisa disebabkan beberapa factor diduga menjadi penyebab bayi tidak mendapatkan ASI dengan baik salah satunya adalah faktor pengetahuan ibu. Keengganan ibu untuk menyusui kekhawatiran ibu mengenai perubahan payudara setelah menyusui, rasa sakit saat menyusui, kelelahan saat menyusui, dan merasa ASI nya tidak cukup mengakibatkan penurunan produksi ASI. Pijat adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan (Yohmi & Roesli, 2009, 86). 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 putting susu pada saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal, Kolostrum yang menetes atau keluar merupakan tanda aktifnya reflex oksitosin (Perinasia, 2007, 76). 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. Sehingga untuk mendapatkan jumlah ASI yang optimal dan baik, sebaiknya pijat oksitosin dilakukan setiap hari dengan durasi 3-5 menit (Eko, 2011, 28).

F. PENUTUP

Hasil penelitian menjelaskan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI di Posyandu Balita Desa Segodobancang Kecamatan Tarik Kabupaten Sidoarjo. Oleh sebab itu diharapkan bidan desa meningkatkan pelaksanaan pijat oksitosin untuk mencegah terjadinya bayi tidak tertidur dengan tenang selama 3-4 jam akibat ketidak lancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui. Peneliti selanjutnya diharapkan 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.

DAFTAR PUSTAKA

- Biancuzzo M. 2003. *Breastfeeding the newborn: clinical strategies for nurse* (2th ed). St Louis: Mosby.
- Budiharjo, N.S.D. 2003 *Masalah-masalah dalam menyusui*, Jakarta; Perkumpulan perinatology Indonesia
- Depkes R.I., 2013. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta
- Eko Mardiyarningsih. 2011. *Efektifitas Kombinasi Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Ibu Post Seksio Di Rumah Sakit Wilayah Jawa Tengah*
- Guyton, A. C., dan Hall, J.E. 2008. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Jakarta: EGC
- LATIPUN. 2011. *Psikologi Konseling*. Malang : UMM Press

- Marimbi, Hanum. 2010. *Tumbuh Kembang, Status Gizi Dan Imunisasi Dasar Balita*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Perinasia. 2010. *Manajemen Laktasi*. Jakarta: Gramedia
- Poedianto. 2002. *Kita Sukses Menyusui*. Jakarta : Aspirasi Muda
- Pramitasari dan Saryono. 2008. *Perawatan Payudara*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Pudjiadi, S. (2005). *Ilmu Gizi Klinis pada Anak*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Soetjiningsih. 2010. *Perkembangan Anak*. Jakarta. EGC
- Wikipedia Indonesia. 2017. *Pengetahuan*. Tersedia Di [Http://Id.Wikipedia.Com](http://Id.Wikipedia.Com). Diakses Tanggal 25 April 2017
- Wiknjosastro, 2009. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : YBP-SP
- Yohmi, E. Dan Roesli. 2009 *Manajemen Laktasi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI