
**PENGARUH PEMBERIAN BREAST CARE & PIJAT OKSITOSIN
TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU PASCA MELAHIRKAN
DI KLINIK BERSALIN AGUSTINA DESA SEKOCI
KECAMATAN BESITANG KABUPATEN
LANGKAT**

Rosdiana Lubis¹, Syahdina Rahmadani², Friska Sitorus³

^{1,2,3}Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia

Email: friskasukadono@gmail.com

ABSTRAK

Air susu ibu (ASI) adalah satu-satunya makanan terbaik yang memenuhi semua kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan bayi dari sejak lahir sampai usia 6 bulan. serta makanan bergizi yang sangat penting bagi tumbuh kembang bayi. Kelancaran aliran ASI sangat besar pengaruhnya terhadap kesuksesan menyusui. Berkurangnya produksi ASI pada beberapa hari pertama kehidupan mungkin disebabkan oleh rendahnya stimulasi prolaktin dan oksitosin yaitu hormon yang berperan penting dalam kelancaran produksi ASI. Penurunan kadar hormon ini dapat dipengaruhi oleh penyakit mental, rasa aman ibud dan kepercayaan ibu terhadap kemampuannya untuk menyusui bayinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Massage Depan (Breast Care) Dan Massage Punggung Belakang (Pijat Oksitosin) Terhadap sekresi ASI Pada Ibu Pasca Melahirkan Di Klinik Bersalin Agustina Desa Sekoci Kecamatan Besitang Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian ini hanya ibu pasca melahirkan di Klinik Bersalin Agustina. Teknik pengambilan sampel yaitu accidental sampling yaitu 15 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa breast care dan pijat oksitosin berdampak terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu pasca melahirkan.. Penelitian ini merekomendasikan perlunya mengajarkan ibu teknik breast care dan pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI.

Kata kunci : Breast care, Pijat oksitosin, Produksi ASI

ABSTRACT

Breast milk (ASI) is the only best food that meets all the growth and development needs of babies from birth to 6 months of age. and nutritious food that is very important for baby's growth and development. The smooth flow of breast milk has a huge influence on the success of breastfeeding. Reduced breast milk production in the first few days of life may be caused by low prolactin and oxytocin stimulation, which are hormones that play an important role in the smooth production of breast milk. Decreased levels of these hormones can be influenced by mental illness, the mother's sense of security and the mother's confidence in her ability to breastfeed her baby. The purpose of this study was to determine the Effect of Front Massage (Breast Care) and Back Massage (Oxytocin Massage) on Breast Milk Secretion in Postpartum Mothers at the Agustina Maternity Clinic, Sekoci Village, Besitang District. This study used an analytical research design with a cross-sectional approach. The sample of this study was only postpartum mothers at the Agustina Maternity Clinic. The sampling technique was accidental sampling, namely 15 respondents. The results of this study indicate that breast care and oxytocin massage have an impact on the smooth production of breast milk in postpartum mothers. This study recommends the need to teach mothers breast care and oxytocin massage techniques to increase breast milk production.

Keywords : Breast care, Oxytocin massage, Breast milk production

PENDAHULUAN

ASI adalah makanan alami pertama untuk bayi dan mengandung semua energi dan nutrisi yang dibutuhkannya selama bulan pertama kehidupannya. Pemberian ASI Eksklusif melibatkan pemberian ASI pada bayi sejak usia 0 hingga 6 bulan tanpa memberikan makanan tambahan apa pun (Nugroho, 2014). Kelancaran aliran ASI sangat besar pengaruhnya terhadap kesuksesan menyusui. Berkurangnya produksi ASI selama beberapa hari pertama kehidupannya mungkin disebabkan oleh rendahnya stimulasi prolaktin dan oksitosin, dua hormon yang berperan penting dalam produksi ASI yang baik. Penurunan kadar hormon ini dapat dipengaruhi oleh penyakit mental, rasa aman ibu, dan kepercayaan ibu terhadap kemampuannya dalam menyusui bayinya. Produksi ASI merupakan rangkaian kompleks rangsangan mekanis, saraf, dan berbagai hormonal yang mempengaruhi pelepasan oksitosin, sehingga sebagian ibu nifas tidak segera memeras ASI setelah persalinan.

Pelepasan hormon oksitosin tidak hanya dipengaruhi oleh isapan bayi, namun juga oleh reseptor pada sistem saluran susu. Saat saluran melebar dan meluna, kelenjar pituitari secara refleks melepaskan oksitosin yang membantu mendorong susu keluar dari alveoli. Oleh karena itu, beberapa ibu mungkin perlu melakukan upaya untuk memeras ASI setelah melahirkan. Dua faktor ini mempengaruhi proses produksi. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin, sedangkan produksi ASI dipengaruhi oleh oksitosin. Hormon oksitosin dikeluarkan ketika puting dirangsang dengan cara menghisap atau memijat tulang belakang akan menenangkan dan membantu ibu rileks, meningkatkan ambang nyeri, melepaskan hormon oksitosin, dan membantu ibu memproduksi ASI lebih cepat.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pijat payudara pada beberapa hari

pertama kehidupannya, saat bayi belum aktif menyusu, berkontribusi signifikan terhadap peningkatan produksi kolostrum. Selain itu, pijatan ini juga dapat memperlancar sekresi ASI, mengatasi kesusahan menyusui, dan menghindari kelainan payudara pada ibu menyusui. Perawatan payudara merupakan salah satu jenis perawatan payudara yang menggunakan pijatan untuk memudahkan proses menyusui atau menghindari kesulitan dalam menyusui. Perawatan payudara pada masa kehamilan dan menyusui sangatlah penting dan harus dilakukan sedini mungkin, karena payudara hanya menghasilkan ASI yang merupakan makanan utama bayi baru lahir.

Tujuan merawat payudara adalah untuk meningkatkan aliran darah, mencegah penyumbatan saluran penghasil ASI sehingga meningkatkan sekresi ASI. Pijat oksitosin diberikan untuk merangsang refleks oksitosin atau reflek relaksasi. Pijat oksitosin melibatkan pemijatan area punggung, terutama vertebra serviks ke-7 terletak di kedua sisi tulang belakang untuk merangsang saraf yang melayani payudara. Saraf ini berasal dari tulang belakang bagian atas di antara tulang belikat dan mengirimkan sinyal ke kelenjar pituitari posterior yang melepaskan hormon oksitosin. Pemberian pijat oksitosin merupakan salah satu tanggung jawab tenaga kesehatan dalam asuhan kebidanan ibu. Bidan memberikan dukungan dan ketenangan pada ibu setelah melahirkan melalui pijat oksitosin, memberikan rasa percaya diri pada ibu, mengurangi kecemasan dan meningkatkan produksi ASI. Selain itu, bidan dapat membantu meningkatkan pengetahuan ibu dan keluarga tentang ilmu peningkatan produksi ASI. Bidan akan memberikan informasi kepada suami dan keluarga serta mengajari mereka cara melakukan pijat oksitosin sesuai prosedur standar.

Hasil survei pendahuluan di Klinik Bersalin Agustina Desa Sekoci Kecamatan Besitang Kabupaten Langkat, bahwa klinik

tersebut memang mengajarkan melakukan breast care bagi ibu post partum sebelum pulang kerumah hal ini diharapkan menghindari terjadinya bendungan ASI, dan diharapkan ibu bisa mempraktekkannya dirumah nantinya. Pijat oksitosin belum pernah dilakukan oleh bidan di Klinik Rosdiana Besitang untuk memperlancar pengaluan ASI, tindakan yang dilakukan bidan hanya memberikan penyuluhan tentang cara breast care dan penyuluhan tentang cara menyusui yang benar serta memberikan vitamin untuk memperlancar pengeluaran ASI sementara breast care dan pijat oksitosin adalah salah satu cara untuk meningkatkan sekresi ASI pada ibu menyusui. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis ingin meneliti pengaruh breast care dan pijat oksitosin untuk sekresi ASI ibu pasca melahirkan di Klinik

Bersalin Agustina Desa Sekoci Kecamatan Besitang Kabupaten Langkat.

METODE

Penelitian ini bersifat pre eksperimental. Desain penelitian yang digunakan terdiri dari one group pre test dan post test. Tujuan penelitian untuk mengetahui kelancaran ASI pada ibu pasca melahirkan tentang pelaksanaan breast care dan pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI. (Notoatmodjo, 2017). Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Bersalin Agustina Desa Sekoci Sei pada bulan Oktober 2022 sampai Maret 2023. Populasi penelitian ini adalah ibu pasca melahirkan yang bersalin di Klinik Bersalin Agustina yaitu 15 responden dengan teknik pengambilan sampel yaitu semua populasi dijadikan sampel.

HASIL PENELITIAN

a. Distribusi frekuensi karakteristik responden

| Karakteristik Responden | | f | % |
|--------------------------------|-------------|----------|----------|
| Umur | 20-25 Tahun | 3 | 20 |
| | 26-30 Tahun | 10 | 66,7 |
| | > 30 Tahun | 2 | 13,3 |
| | Total | 15 | 100 |
| Paritas | Pertama | 5 | 33,4 |
| | Kedua | 8 | 53,3 |
| | Ketiga | 2 | 13,2 |
| | Total | 15 | 100 |

Tabel diatas menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan umur mayoritas 26-30 tahun yaitu 10 responden (66,7%), berdasarkan paritas mayoritas scundipara yaitu 8 responden (53,3%).

b. Distribusi frekuensi hasil uji normalitas data

| Produksi ASI | Nilai p (<i>Shapiro-Wilk Test</i>) |
|---------------------|---|
| <i>Pre Test</i> | 0,129 |
| <i>Post Test</i> | 0,103 |

Rosdiana Lubis et. all | Pengaruh Pemberian Breast Care & Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Pasca Melahirkan Di Klinik Bersalin Agustina Desa Sekoci Kecamatan Besitang Kabupaten Langkat

Hasil uji normalitas data pre test pada responden yaitu nilai p (shapiro wilk test) adalah 0,129, nilai post test yaitu 0,103.

c. Distribusi frekuensi produksi ASI sebelum dilakukan breast care dan pijat oksitosin

| <i>Pre Test</i> | <i>Mean</i> | <i>Median</i> | <i>Modus</i> | <i>Min-Max</i> |
|-----------------|-------------|---------------|--------------|----------------|
| | 18,8 | 18 | 20 | 15-25 |

Tabel diatas menunjukkan bahwa produksi ASI sebelum dilakukan breast care dan pijat oksitosin dengan nilai median yaitu 18, nilai maksimal yaitu 15-25.

d. Distribusi frekuensi produksi ASI sesudah dilakukan breast care dan pijat oksitosin

| <i>Post Test</i> | <i>Mean</i> | <i>Median</i> | <i>Modus</i> | <i>Min-Max</i> |
|------------------|-------------|---------------|--------------|----------------|
| | 28,0667 | 28 | 8 | 25-30 |

Tabel diatas menunjukkan bahwa produksi ASI sesudah dilakukan breast care dan pijat oksitosin dengan nilai median yaitu 28, nilai maksimal yaitu 25-28.

e. Analisis uji bivariat

| Produksi ASI | <i>Paired Sampel T-Test</i> | | |
|---------------------------|-----------------------------|-----------|----------|
| | t | Df | p |
| <i>Pre Test-Post Test</i> | -12.526 | 14 | 0,000 |

Tabel diatas menunjukkan bahwa produksi ASI pada sebelum dan sesudah pemberian dengan p value adalah 0,000 atau t adalah -12.526. Artinya pijat oksitosin dan breast care mempunyai efek emlanancarkan pengeluaran ASI.

PEMBAHASAN

a. Produksi ASI sebelum diberikan breast care dan pijat oksitosin

ASI adalah makanan pertama, terpenting dan terbaik untuk bayi Anda dan merupakan satu-satunya makanan alami. Manfaat ASI sangat besar karena dapat menurunkan risiko penyakit pada bayi Anda serta mendorong tumbuh kembang kecerdasan anak Anda. Tidak semua ibu pasca melahirkan menghasilkan ASI. Peralnya, di dalam tubuh ibu terdapat interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanis, saraf, dan berbagai hormon yang mempengaruhi pelepasan oksitosin yang mendukung produksi ASI. Produksi ASI kini dipengaruhi oleh hormon prolaktin, sedangkan produksi ASI dipengaruhi oleh oksitosin. Hormon

oksitosin dikeluarkan ketika puting bayi dirangsang dengan cara menghisap atau memijat punggung belakang ibu. Memijat tulang belakang akan menenangkan ibu, membuat ibu nyaman, menurunkan rasa nyeri, dan memungkinkan ibu untuk menyayangi bayinya, sehingga melepaskan hormon oksitosin dan membantu ASI keluar lebih cepat.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan bahwa produksi ASI selama 3 hari dilakukan intervensi pijat oksitosin dan breast care, rata-rata 20 cc dengan nilai p (shapiro wilk test) 0,129 sebelum pijat oksitosin dan breast care. Produksi dan keluarnya ASI pada hari pertama persalinan sangat penting bagi ibu dan anak, karena bayi tidak perlu mendapat makanan pengganti ASI sehingga dapat meningkatkan tingkat

keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bayi.

Penelitian ini sejalan dengan pendapat Debby Yolanda (2018) bahwa rata-rata volume ASI sebelum dilakukan kombinasi breast care dan pijat oksitosin adalah 25 cc, sedangkan jumlah rata-rata volume ASI sesudah dilakukan kombinasi breast care dan pijat oksitosin adalah 55 cc. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat pengaruh antara pemberian pijat oksitosin dan perawatan payudara terhadap peningkatan jumlah produksi ASI ibu nifas.

b. Produksi ASI sesudah dilakukan breast care dan pijat oksitosin

Penelitian menunjukkan bahwa produksi ASI meningkat setelah perawatan payudara dan pijat oksitosin. Kurangnya produksi ASI dapat diatasi dengan cara ibu menyusui harus memperhatikan pola makannya, yaitu makan lebih banyak dari biasanya, minum minimal 8 gelas sehari, istirahat yang cukup, jaga pikiran tetap tenang, hindari asupan berlebihan. Hal ini didasarkan pada teori bahwa permasalahan dapat diatasi dengan berbagai cara.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian dan pembahasan maka dapat dibuat suatu kesimpulan yaitu adanya pengaruh pemberian breast care (perawatan payudara) dan tindakan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum dengan nilai p value 0,000 atau t adalah -12.526

Memelihara payudara selama menyusui dengan menjaga kebersihan dan melakukan massage payudara dapat memperlancar pengeluaran ASI. Pijat oksitosin dengan merangsang reflek letdown dapat membantu merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI waktu ibu dan bayi sakit. Pemijatan payudara sangat berkontribusi dalam meningkatkan produksi kolostrum di hari-hari awal kelahiran saat bayi belum aktif menyusui selain itu pemijatan ini juga dapat mempertahankan produksi ASI, mengatasi kesulitan dan mencegah terjadinya kelainan pada payudara ibu selama proses menyusui.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Wulandari (2015) yaitu salah satu cara meningkatkan produksi ASI melalui salah satu faktor yang mempengaruhi yaitu perawatann payudara dan faktor fisiologis dapat dilakukan intervensi berupa breast care (massage depan) dan pijat oksitosin (massage belakang). Produksi ASI yang akan dihasilkan ibu pada kelenjar payudara tidaklah sama setiap waktunya. Volume ASI yang diproduksi dan dikeluarkan oleh kelenjar payudara dapat berbeda berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhinya

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, 2015, Pengaruh Pijat Oksitosin dan Memerah ASI terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum dengan Seksio Caesarea, Jurnal Pendidikan dan Pelayanan Kebidanan Indonesia, Jakarta
- Astuti, R.Y, 2019, Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui, Trans Info Media, Yogyakarta
- Afiani, 2016, Analisa Pijat Oksitosin pada Asuhan Keperawatan Tidak efektifan Pemberian ASI, Purwokerto

Rosdiana Lubis et. all | Pengaruh Pemberian Breast Care & Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Pasca Melahirkan Di Klinik Bersalin Agustina Desa Sekoci Kecamatan Besitang Kabupaten Langkat

- Bahiyatun, 2009, Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal, EGC, Jakarta
- Kemendes RI, 2017, Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia tahun 2016
- Kahasanah, Sulistyawati, 2017, Buku Ajar Nifas dan Menyusui, Kekata Group, Surakarta
- Lowdermilk, Perry, 2018, Keperawatan Maternitas, Salemba Medika, Jakarta
- Sari, 2017, Penerapan Pijat Oksitosin pada Pasien Post Partum Normal, Semarang
- Widyasih, Suhernidan, 2018, Perawatan Masa Nifas, Fitramaya, Yogyakarta