

Jurnal Teknologi, Kesehatan dan Ilmu Sosial

Pengaruh Kombinasi Pijat Oksitosin Dengan Aromaterapi *Lavender* Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Normal Di RSUD Haji Medan Tahun 2018

Mayang Wulan¹⁾

¹⁾Program Studi D4 Kebidanan Institut Kesehatan Helvetia
Jln. Kapten Sumarsono no.107 Medan20124 Medan Telp (061)-42084606
e-mail: mayangwulan@helvetia.ac.id

Abstrak

Usaha meningkatkan produksi ASI yaitu kombinasi pijat oksitosin dan aromaterapi adalah kombinasi dua terapi ini akan meningkatkan rangsangan pada impuls syaraf yang dituju karena kulit akan menyerap essensial aromaterapi merangsang penciuman serta saat bersamaan terapi fisik dari pijat oksitosin. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh kombinasi pijat oksitosin dengan aromaterapi *lavender* terhadap produksi ASI pada Ibu Post Partum Normal. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*Quasi Experiment*) dengan pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan *pretest and posttest with control group*. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian adalah *accidental sampling* Analisa bivariat untuk mengetahui menggunakan uji T-Test (apabila data berdistribusi normal) atau *wilcoxon test* (apabila data berdistribusi tidak normal). Uji normalitas menggunakan *shapiro-wilk*. Nilai rata-rata produksi ASI kelompok intervensi dengan analisis uji *T-Paired* dengan nilai $\alpha = 0,05$ yaitu didapatkan nilai *significancy* $0,000 < 0,005$. Nilai rata-rata produksi ASI kelompok kontrol dengan analisis uji *wilcoxon* dengan nilai $\alpha = 0,05$ yaitu didapatkan nilai *significancy* $0,059 > 0,005$. Terdapat perbedaan rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan kombinasi pijat oksitosin dan aromaterapi *lavender* dan tidak terdapat perbedaan rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan *breast care* pada kelompok kontrol. Saran bagi petugas kesehatan agar semua bidan terampil dalam melakukan pijat oksitosin dan juga lebih giat dalam memberikan informasi tentang upaya yang dapat memproduksi ASI seperti kombinasi pijat oksitosin dan aromaterapi *lavender* kepada ibu post partum.

Kata Kunci : Pijat Oksitosin, Aromaterapi *lavender* dan Produksi ASI

1. PENDAHULUAN

Keunggulan ASI sebagai nutrisi bayi telah dipelajari dan dibuktikan oleh para peneliti sehingga Organisasi Kesehatan Dunia merekomendasikan ASI eksklusif untuk bayi sampai berumur 6 bulan dan kemudian dilanjutkan bersama makanan pendamping ASI sampai berumur 2 tahun. Pemerintah Indonesia membuktikan komitmennya dalam menurunkan angka kematian bayi dan mendukung pemberian ASI eksklusif dengan mengeluarkan Undang-Undang Republik Indonesia (UU RI) No.36 tahun 2009 tentang kesehatan pasal 128, setiap bayi berhak mendapatkan air susu ibu eksklusif sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, kecuali atas indikasi medis.(PUTRI n.d.)

Usaha meningkatkan produksi ASI yaitu kombinasi pijat oksitosin dengan aromaterapi adalah tindakan yang dilakukan pada ibu menyusui yang berupa *back massage* pada punggung ibu dengan menggunakan minyak aromaterapi. Kombinasi dua terapi ini akan meningkatkan rangsangan pada impuls syaraf yang dituju karena kulit akan menyerap essensial aromaterapi

merangsang penciuman serta saat bersamaan terapi fisik dari pijat oksitosin, mengakibatkan peredaran darah menjadi lancar, otot relaksasi serta kondisi psikologis ibu menjadi nyaman. (Jamilah 2015)

Survei awal yang dilakukan peneliti dengan wawancara di RSUD Haji Medan 7 ibu post partum normal dari 10 ibu mengatakan ASInya sedikit, dari 7 ibu yang ASInya sedikit mengaku belum pernah mendengar dan melakukan pijat oksitosin. Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Kombinasi Pijat Oksitosin dengan Aromaterapi *Lavender* terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum Normal di RSUD Haji Medan Tahun 2018".

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kombinasi pijat oksitosin dengan aromaterapi *lavender* terhadap produksi ASI pada Ibu Post Partum Normal di RSUD Haji Medan Tahun 2018.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Ibu Post Partum

2.1.1 Definisi Post Partum

Jurnal Teknologi, Kesehatan dan Ilmu Sosial

Masa post partum adalah masa sesudah persalinan berakhir hingga pulihnya kembali organ reproduksi (eksternal dan internal). Masa ini membutuhkan waktu kurang lebih enam minggu, tetapi akan pulih sempurna seperti kondisi sebelum hamil dalam waktu tiga bulan. (Muthoharoh 2018)

2.2 Air Susu Ibu (ASI)

2.2.1 Definisi ASI

Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan yang disekresikan oleh kelenjar payudara ibu berupa makanan alamiah atau susu terbaik bernutrisi dan berenergi tinggi yang diproduksi sejak masa kehamilan. ASI merupakan makanan yang sempurna dan terbaik bagi bayi khususnya bayi 0-6 bulan karena mengandung unsur-unsur gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal. (Nainggolan 2009). ASI berdasarkan definisi adalah sumber makanan bagi bayi yang diproduksi oleh kelenjar payudara ibu yang mengandung unsur gizi lengkap untuk memenuhi kebutuhan bayi secara optimal. (Hargi 2013)

2.2.2 Produksi ASI

Saat payudara sudah memproduksi ASI, terdapat pula proses pengeluaran ASI yaitu dimana ketika bayi mulai menghisap, terdapat beberapa hormon yang berbeda bekerja sama untuk pengeluaran air susu dan melepaskannya untuk dihisap. Gerakan hisapan bayi dapat merangsang seraf saraf dalam puting. Seraf saraf ini membawa permintaan agar air susu melewati *kolumna spinalis* ke kelenjar *hipofisis* dalam otak. Kelenjar *hipofisis* akan merespon otak untuk melepaskan hormon prolaktin dan hormon oksitosin. Hormon prolaktin dapat merangsang payudara untuk menghasilkan lebih banyak susu. Hormon oksitosin merangsang kontraksi otot-otot yang sangat kecil yang mengelilingi duktus dalam payudara, kontraksi ini menekan duktus dan mengeluarkan air susu ke dalam penampungan di bawah *areola*. (Rizqiani 2017)

2.3 Pijat Oksitosin

2.3.1 Definisi Pijat Oksitosin

Pijat oksitosin ini dilakukan dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang sehingga diharapkan dengan dilakukan pemijatan ini, akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan hilang. Jika rileks dan tidak kelelahan setelah melahirkan dapat membantu merangsang pengeluaran hormon oksitosin. (Widayanti 2014)

2.3.2 Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI

Pijat punggung menyebabkan terjadinya rangsangan di *korda spinalis* yang mana berfungsi sebagai penghubung saraf antara otak dan sistem *saraf perifer*. Semua komunikasi ke atas dan ke bawah *korda spinalis* terletak di *jaras-jaras (traktus) ascendens* yang menyalurkan sinyal dari masukan *afere*n ke otak. *Substantia grisea* yang terletak di tengah *korda spinalis* mengandung penghubung antar *neuron* yang terletak antara masukan *afere*n dan keluaran eferen serta badan sel *neuron eferen*. Serat *afere*n dan *eferen* yang masing masing membawa sinyal ke dan dari *korda spinalis*, menyatu menjadi saraf *spinalis*. Saraf-saraf ini melekat ke *korda spinalis* berpasangan di sepanjang korda. *Neuron inhibitorik* dan *neuron kolimergik eksitatorik* membuat kontak *sinaps* dengan *neuron oksitosin neuro sekretorik* di *nucleus paraventricularis* dan *supraoptikus*. *Hipotalamus* memproduksi hormon oksitosin dan dialirkan menuju *hipofisis posterior*. Oksitosin menuju ke payudara maka dikeluarkannya hormon oksitosin. Selanjutnya hormon oksitosin akan memicu otot-otot halus di sekitar sel-sel pembuat ASI untuk mengeluarkan ASI. (Dewi, Dasuki, and Kartini 2017)

2.5 Aromaterapi

2.5.1 Definisi Aromaterapi

Aromaterapi berasal dari kata aroma yang berarti harum dan wangi, dan *therapy* dapat diartikan sebagai suatu cara perawatan tubuh dan atau penyembuhan penyakit dengan menggunakan minyak esensial (*essential oil*). (Kenia and Taviyanda 2013)

2.5.1 Aromaterapi Lavender

Aromaterapi lavender adalah aromaterapi yang menggunakan bunga *lavendula* atau biasa disebut lavender, yang memiliki zat aktif berupa *linalool acetate* dan *linalylacetate* yang dapat berefek sebagai analgesik. Sifat-sifat yang terkandung dalam minyak esensial *lavender* yaitu sebagai antiseptik, antidepresan, meringankan stres dan sulit tidur, mengatasi gigitan serangga. (HAFID n.d.)

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*Quasi Experimen*) dengan pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan *pretest and posttest with control group*. Pada penelitian ini yang termasuk kelompok intervensi yang menerima perlakuan kombinasi pijat oksitosin dengan aromaterapi *lavender* sedangkan kelompok kontrol menerima perlakuan *breast care*. Penelitian dilakukan di Ruang

Jurnal Teknologi, Kesehatan dan Ilmu Sosial

Kebidanan RSUD Haji Medan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post partum normal di ruang kebidanan RSUD Haji Medan pada bulan April 2019 - Juni 2019. Dari perhitungan besar sampel didapatkan 22 ibu post partum yang ditentukan menjadi intervensi begitu juga dengan kelompok kontrol sebanyak 22 ibu post partum. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian adalah *accidental sampling* dengan memenuhi kriteria. Kriteria dalam pengambilan sampel meliputi :

1. Kriteria inklusi :
 1. Ibu post partum yang tidak mengkonsumsi obat-obatan pelancar ASI
 2. Ibu dan bayi tidak sedang dalam keadaan gawat darurat
 3. Ibu bersedia menjadi responden
2. Kriteria eksklusi
Adapun kriteria eksklusi dari penelitian ini adalah semua yang tidak memenuhi syarat.

Prosedur Penelitian ini adalah kelompok intervensi yang menerima perlakuan kombinasi pijat oksitosin dengan aromaterapi *lavender* sedangkan kelompok kontrol menerima perlakuan *breast care*. Kelompok intervensi akan diperah ASInya kemudian diukur menggunakan botol susu (*pretest*) hasil ukur dalam satuan *Cubic Centimeter* (cc), tetapi dua jam sebelumnya sudah dilakukan pengosongan ASI dengan cara disusukan kepada

bayi atau pemerahan kemudian diberikan kombinasi pijat oksitosin dengan aromaterapi *lavender* selama 15-20 menit dan ditunggu selama dua jam kemudian dilakukan pemerahan kembali (*posttest*). Sedangkan pada kelompok kontrol akan diperah ASInya kemudian diukur menggunakan botol susu (*pretest*) hasil ukur dalam satuan cc, tetapi dua jam sebelumnya sudah dilakukan pengosongan ASI kemudian dilakukan *breast care* ditunggu selama dua jam dan dilakukan pemerahan kembali (*posttest*).

Analisa bivariat untuk mengetahui perbandingan rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah kombinasi pijat oksitosin dengan aromaterapi *lavender* pada kelompok intervensi dan perbandingan rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah *breast care* pada kelompok kontrol menggunakan uji T-Test (apabila data berdistribusi normal) atau *wilcoxon test* (apabila data berdistribusi tidak normal). Uji normalitas menggunakan *shapiro-wilk*.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil

Karakteristik subjek penelitian dalam penelitian ini meliputi umur, pendidikan, dan pekerjaan dengan distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi Berdasarkan Usia, Pendidikan dan Pekerjaan di RSUD Haji Medan

No	Usia	f	%
1	17-25 tahun	13	59,1
2	26-35 tahun	9	40,9
Total		22	100
No	Pendidikan	f	%
1	Pendidikan Dasar	12	54,5
2	Pendidikan Tinggi	10	45,5
Total		22	100
No	Pekerjaan	f	%
1	IRT	15	68,2
2	Bekerja	7	31,8
Total		22	100

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa dari 22 responden penelitian adalah yang berusia 17-25 tahun yang berjumlah 13 orang (59,1%), dan berusia 26-35 tahun yang berjumlah 9 orang (40,9%). Dari 22 responden penelitian adalah

yang berpendidikan dasar yang berjumlah 12 orang (54,5%), dan yang berpendidikan tinggi berjumlah 10 orang (45,5%). Dengan pekerjaan sebagian besar IRT 15 orang (68,2%).

Jurnal Teknologi, Kesehatan dan Ilmu Sosial

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Berdasarkan Usia, Pendidikan dan Pekerjaan di RSUD. Haji Medan

No	Usia	f	%
1	17-25 tahun	14	63,6
2	26-35 tahun	8	36,4
Total		22	100

No	Pendidikan	f	%
1	Pendidikan Dasar	14	63,6
2	Pendidikan Tinggi	8	36,4
Total		22	100

No	Pekerjaan	f	%
1	IRT	14	63,6
2	Bekerja	8	36,4
Total		22	100

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa dari 22 responden penelitian adalah yang berusia 17-25 tahun yang berjumlah 14 orang (63,6%), dan berusia 26-35 tahun yang berjumlah 8 orang (36,4%). Dari 22 responden penelitian adalah yang

berpendidikan dasar yang berjumlah 14 orang (63,6%), dan yang berpendidikan tinggi berjumlah 8 orang (36,4%). Dengan pekerjaan sebagian besar IRT 14 orang (63,6%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Produksi ASI Sebelum Dilakukan Kombinasi Pijat Oksitosin dan Aromaterapi Lavender Pada Kelompok Intervensi di RSUD. Haji Medan

Produksi ASI (cc)	f	%
2	4	18,2
3	1	4,5
4	4	18,2
5	3	13,6
6	3	13,6
7	1	4,5
9	2	9,1
10	1	4,5
11	1	4,5
12	1	4,5
13	1	4,5
Total		22
		100

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa produksi ASI sebelum dilakukan kombinasi pijatan oksitosin dan aromaterapi lavender

menunjukkan 4 responden (18,2%) menghasilkan produksi ASI 4 cc dan 1 responden (4,5%) menghasilkan produksi ASI 13 cc.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Produksi ASI Sesudah Dilakukan Kombinasi Pijat Oksitosin dan Aromaterapi Lavender Pada Kelompok Intervensi di RSUD. Haji Medan

Produksi ASI (cc)	f	%
3	1	4,5
5	6	27,3
7	1	4,5

Jurnal Teknologi, Kesehatan dan Ilmu Sosial

8	4	18,2
9	1	4,5
10	3	13,6
13	2	9,1
14	1	4,5
15	2	9,1
18	1	4,5
Total	22	100

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa produksi ASI sesudah dilakukan kombinasi pemijatan oksitosin dan aromaterapi lavender

menunjukkan 6 responden (27,3%) menghasilkan produksi ASI 5 cc dan 1 responden (4,5%) menghasilkan produksi ASI 18 cc.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Produksi ASI Sebelum Dilakukan *Breast Care* Pada Kelompok Kontrol di RSU. Haji Medan

Produksi ASI (cc)	f	%
2	4	18,2
3	1	4,5
4	4	18,2
5	3	13,6
6	3	13,6
7	1	4,5
9	2	9,1
10	1	4,5
11	1	4,5
12	1	4,5
13	1	4,5
Total	22	100

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa produksi ASI sebelum dilakukan *breast care* menunjukkan 10 responden (18,2%) menghasilkan

produksi ASI 5 cc dan 1 responden (4,5%) menghasilkan produksi ASI 9 cc.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Produksi ASI Sebelum Dilakukan *Breast Care* Pada Kelompok Kontrol di RSU. Haji Medan

Produksi ASI (cc)	f	%
2	1	4,5
3	2	9,1
4	3	13,6
5	10	45,5
6	1	4,5
7	2	9,1
8	1	4,5
9	1	4,5
10	1	4,5
Total	22	100

Jurnal Teknologi, Kesehatan dan Ilmu Sosial

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa produksi ASI setelah dilakukan *breast care* menunjukkan 10 responden (18,2%) menghasilkan

produksi ASI 5 cc dan 1 responden (4,5%) menghasilkan produksi ASI 10 cc.

Tabel 7. Uji Normalitas Shapiro-Wilk Terhadap Sebelum dan Sesudah Dilakukan Kombinasi Pijat Oksitosin dan Aromaterapi Lavender Pada Kelompok Intervensi di RSU. Haji Medan

Kelompok	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
Pretest	0,153	22	0,075
Posttest	0,156	22	0,104

Berdasarkan tabel tersebut hasil uji kenormalan *Shapiro-Wilk* data di atas maka dapat disimpulkan bahwa sebelum test didapatkan nilai sig hasil uji normalitas 0,075 yang mana lebih besar dari 0,05 artinya data berdistribusi secara

normal, sedangkan data sesudah dilakukan test didapatkan 0,104 yang mana nilainya lebih besar dari 0,005 artinya data post test berdistribusi normal.

Tabel 8. Uji Normalitas Shapiro-Wilk Terhadap Sebelum dan Sesudah Dilakukan Sesudah Dilakukan Breast Care Pada Kelompok Kontrol di RSU. Haji Medan

Kelompok	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
Pretest	0,285	22	0,015
Posttest	0,293	22	0,029

Berdasarkan tabel tersebut hasil uji kenormalan *Shapiro-Wilk* data di atas maka dapat disimpulkan bahwa sebelum test didapatkan nilai sig hasil uji normalitas 0,015 yang mana lebih kecil dari 0,05 artinya data berdistribusi secara tidak

normal, sedangkan data sesudah dilakukan test didapatkan 0,029 yang mana nilainya lebih kecil dari 0,05 artinya data post test berdistribusi tidak normal.

Tabel 9. Perbedaan Rata-rata Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Dilakukan Kombinasi Pijat Oksitosin dan Aromaterapi Lavender Pada Kelompok Intervensi di RSU. Haji Medan

Kelompok	T-Paired		
	Mean	Std. Deviasi	Sig.2 Tailed
Pretest	5,77	3,161	0,000
Posttest	9,05	4,100	

Tabel tersebut menunjukkan nilai rata-rata produksi ASI dengan analisis uji *T-Paired* dengan nilai $\alpha = 0,05$ yaitu didapatkan nilai *significancy* $0,000 < 0,005$. Secara statistik terdapat perbedaan

rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan kombinasi pijat oksitosin dan aromaterapi lavender pada kelompok intervensi.

Tabel 10. Perbedaan rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan Breast Care Pada Kelompok Kontrol di RSU. Haji Medan

Kelompok	Wilcoxon Test		
	Mean	Std. Deviasi	Sig.
Pretest	5,55	2,087	0,059
Posttest	5,32	1,912	

Tabel tersebut menunjukkan nilai rata-rata produksi ASI dengan analisis uji *wilcoxon* dengan nilai $\alpha = 0,05$ yaitu didapatkan nilai *significancy* $0,059 > 0,005$. Secara statistik tidak terdapat

perbedaan rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan *breast care* pada kelompok kontrol

4.2 Pembahasan

4.2.1 Pengaruh Kombinasi Pijat Oksitosin dan Aromaterapi Lavender Terhadap

Produksi ASI Pada Kelompok Intervensi di Rumah Sakit Haji Medan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa produksi ASI sebelum

Jurnal Teknologi, Kesehatan dan Ilmu Sosial

dilakukan kombinasi pijat oksitosin dan aromaterapi lavender menunjukkan nilai rata-rata (mean) adalah 5,77 dengan standar deviasi sebesar 3,161 dengan jumlah ASI yang terendah 2 ml dan jumlah ASI yang tertinggi 13 ml, setelah dilakukan kombinasi pijat oksitosin dan aromaterapi lavender didapatkan hasil rata-rata (mean) 9,05 dengan standar deviasi sebesar 4,100 dengan jumlah ASI yang terendah 3 ml dan jumlah ASI yang tertinggi 18 ml analisis uji *T-Paired* dengan nilai $\alpha = 0,05$ yaitu didapatkan nilai *significancy* $0,000 < 0,005$ secara statistik terdapat perbedaan rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan kombinasi pijat oksitosin dan aromaterapi lavender pada kelompok intervensi.

Sejalan dengan penelitian Florida “Efektifitas Pijat Punggung, Pijat Oksitosin Dan Kombinasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Dengan *Section Caesarea*” adapun hasil penelitian ini adalah perbedaan antara rata-rata peningkatan produksi ASI pijat oksitosin, pijat punggung, dan kombinasi pijat oksitosin & punggung. Rata-rata (mean) untuk pijat oksitosin adalah 2762.91, untuk pijat punggung adalah 3057.64 dan kombinasi pijat oksitosin & punggung adalah 3456.18, artinya bahwa rata-rata peningkatan produksi ASI paling tinggi adalah kombinasi pijat oksitosin & punggung. (Florida, Nursanti, and Widakdo n.d.)

Penelitian yang dilakukan di Unit Kebidanan dan Ginekologi di Iran, dengan judul penelitian “*Effect of lavender scent inhalation on prevention of stress, anxiety and depression in the postpartum period*”, sampel sebanyak 140 responden (kelompok intervensi dan kelompok kontrol). Analisa data menggunakan *Mann whitney*, analisis varian menggunakan ANOVA dan tes post hoc. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata stres, kecemasan, dan depresi pada titik waktu 2 minggu masing-masing dan stres, kecemasan, dan skor depresi pada titik waktu 1 bulan dan 3 bulan setelah melahirkan secara signifikan lebih rendah pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol. (Kianpour et al. 2016)

Tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Asiyah dengan judul “Minyak Aromaterapi Lavender Sebagai Media Peningkatan Produksi ASI Tahun 2015” hasil perhitungan dengan analisa data dengan uji *Chi-Square* pada 24 responden kelompok pijat menggunakan minyak lavender dan 24 responden kelompok pijat tanpa lavender didapatkan nilai p sebesar 0,540. Dengan demikian nilai p lebih besar dari nilai α (5%) atau 0,05 sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa secara statistik terdapat hubungan yang tidak bermakna antara pijat menggunakan minyak aromaterapi

lavender dengan peningkatan produksi ASI dilihat dari pengeluaran BAB dan BAK bayi. (Asiyah and Wigati 2015)

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuliana dengan judul “Efektifitas Pijat Punggung Menggunakan Minyak Esensial Lavender Terhadap Produksi ASI Ibu Pasca Salin Tahun 2016”. Teknik sampling yang dipilih *consecutive sampling* dengan jumlah setiap kelompok 30 responden. Analisis yang digunakan adalah uji statistik *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perubahan peningkatan produksi air susu ibu yaitu kelompok intervensi pijat punggung menggunakan minyak esensial lavender berpeluang 3,33 kali dan intervensi pijat punggung menggunakan *Virgin Coconut Oil* (VCO) berpeluang 1,95 kali melancarkan produksi ASI dibandingkan kelompok kontrol. (Yuliana, Hakimi, and Isnaeni 2016)

Pijat oksitosin melalui *neurotransmitter* akan merangsang *modulla oblongata* dengan mengirim pesan *hypothalamus* di *hipofise posterior*, hal tersebut merangsang reflek oksitosin atau reflek *let down* untuk mensekresi hormon oksitosin ke dalam darah. Dengan diberikan pijat oksitosin akan lebih memperlancar produksi ASI pada ibu menyusui dan juga memberikan kenyamanan pada ibu. (Delima, Arni, and Rosya 2016) Dengan pijat oksitosin kelenjar *hipofise posterior* dirangsang untuk memproduksi oksitosin. Oksitosin yang masuk ke sistem peredaran darah merangsang sel-sel *mioepitel* yang berada di sekeliling *alveolus mammae* dan *duktus laktiferus berkontraksi*. Sel sel *mioepitel* yang berkontraksi merangsang *alveolus* mengeluarkan ASI melalui *duktus laktiferus* ke sinus *laktiferus*. Saat bayi menghisap, ASI yang berada di dalam sinus mengalami tekanan yang menyebabkan ASI keluar ke mulut bayi. Gerakan ASI yang keluar dari sinus disebut *Let Down*. Pada saat yang sama hal itu juga merangsang kelenjar *adenofise* yang menyebabkan hormon prolaktin masuk ke sistim peredaran darah, hal ini menyebabkan ASI di produksi oleh sel-sel *acinus* dalam *alveolus* (prolaktin reflek). (Jamilah 2015)

Penggunaan minyak esensial aromaterapi lavender dapat membantu ibu untuk relaksasi dan kenyamanan sehingga diharapkan produksi ASI dapat meningkat. Lavender merupakan salah satu minyak esensial yang populer dan secara luas digunakan dalam bidang kesehatan klinis khususnya mengatasi permasalahan psikosomatik dalam ginekologi. (Bonny and Meilasari 2004) Kandungan aktif utama pada minyak lavender yang berperan pada efek anti cemas (relaksasi) adalah *linalool* dan *linalyl acetat*. (Jamilah 2015)

Jurnal Teknologi, Kesehatan dan Ilmu Sosial

Aromaterapi lavender mengandung *linalool* dan *linalyl acetate* yang memberikan efek *antidepresan* dan *asiolitik*. (IP 2019) Pemberian aromaterapi lavender melalui inhalasi akan merangsang saraf penciuman, dan merespon oleh *hipotalamus* untuk menstimulasi *sistim limbic* dan *hipofisis anterior* agar kelenjar adrenal mengurangi sekresi hormone ACTH dan hormon kortisol, aktifitas simpatis dan pelepasan *asetilkolin* dihambat, dan sistem parasimpatik meningkat. Sehingga dapat memberikan efek relaksasi, obat penenang dan meningkatkan mood. (Jamilah 2015)

Dalam penelitian yang dilakukan Wei Chien, dkk tahun 2011 menyatakan bahwa perubahan yang signifikan dalam kualitas tidur terjadi pada wanita yang menghirup aromaterapi lavender. (Lee et al. 2007) Sedangkan penelitian yang menyatakan bahwa efek relaksasi pada sistem syaraf pusat ditimbulkan jika menghirup aromaterapi lavender. (Kianpour et al. 2016) Efek relaksasi pada sistem syaraf pusat membantu meningkatkan produksi hormon oksitosin yang berdampak terhadap meningkatnya produksi ASI karena *hypothalamus* yang terdapat pada system syaraf pusat berfungsi menghasilkan hormon oksitosin. (Penyusun et al. 2006)

Menurut asumsi peneliti dengan dilakukan kombinasi pijat oksitosin dan aromaterapi lavender pada ibu post partum adalah dua usaha untuk meningkatkan produksi ASI, kombinasi pijat oksitosin dengan aromaterapi lavender lebih berpengaruh terhadap produksi ASI karena pijatan tulang belakang pada punggung dan wangi dari lavender yang bisa dirasakan oleh ibu melalui indra penciumannya adalah usaha yang dengan cepat dapat meningkatkan pengeluaran hormon oksitosin, hal tersebut memberikan kenyamanan pada ibu sehingga membantu ibu secara psikologis, menenangkan, tidak stress pasca *post partum*, mengembalikan rasa percaya diri, membantu ibu agar mempunyai pikiran dan perasaan positif terhadap bayinya, meningkatkan produksi ASI, memperlancar ASI dan sangat berguna untuk melepas lelah ibu selesai melahirkan. Selain itu juga terdapat faktor lain yang memengaruhi kelancaran produksi ASI, salah satunya adalah dukungan suami. Peran serta suami memberikan efek positif sebagai motivasi kepada ibu sehingga psikologisnya menjadi baik. Pijat oksitosin yang dapat dilakukan suami merupakan bentuk kasih sayang berupa bentuk sentuhan yang dapat meningkatkan produksi ASI. Selain itu, pentingnya bagi ibu post partum untuk meningkatkan asupan nutrisi dan mendapatkan dukungan dari keluarga terdekat, karena hal ini juga dapat mempengaruhi peningkatan produksi ASI. Produksi ASI juga

sangat dipengaruhi oleh faktor kejiwaan, ibu yang selalu dalam keadaan tertekan, sedih, dan kurang percaya diri, dan berbentuk ketegangan emosional akan menurunkan volume ASI bahkan tidak terjadi produksi ASI.

4.2.2 Pengaruh *Breast Care* Terhadap Produksi ASI Pada Kelompok Kontrol di Rumah Sakit Haji Medan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa produksi ASI sebelum dilakukan *breast care* menunjukkan nilai rata-rata (mean) adalah 5,55 dengan standar deviasi sebesar 2,087 dengan jumlah ASI yang terendah 2 ml dan jumlah ASI yang tertinggi 10 ml, setelah dilakukan *breast care* didapatkan hasil rata-rata (mean) 5,32 dengan standar deviasi sebesar 1,912 dengan jumlah ASI yang terendah 2 ml dan jumlah ASI yang tertinggi 10 ml. Analisis uji *wilcoxon* dengan nilai $\alpha = 0,05$ yaitu didapatkan nilai *significancy* $0,059 > 0,005$. Secara statistik tidak terdapat perbedaan rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan *breast care* pada kelompok kontrol.

Tidak sejalan dengan penelitian Latifah berjudul “Perbandingan *Breast Care* Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Normal” kesimpulan dari hasil penelitian adalah produksi ASI pada ibu post partum normal dengan tindakan perawatan *breast care* dengan jumlah rata-rata 31,4375, produksi ASI pada ibu post partum normal dengan tindakan perawatan pijat oksitosin dengan jumlah rata-rata 24,8750, terdapat perbedaan antara *breast care* dengan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum normal di ruang Nifas RSUD Ratu Zalecha Martapura Oktober 2014 yang dianalisis dengan uji independent sample t test, didapatkan t hitung $> t$ tabel ($2,858 > -2,037$) dan signifikansi $< 0,05$ ($0,008 < 0,05$). (Latifah, Wahid, and Agianto 2015)

Sejalan dengan penelitian Wijayanti dengan judul “Perbedaan Metode Pijat Oksitosin Dan *Breast Care* Dalam Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Tahun 2017” dimana dalam penelitian ada 2 kelompok kontrol dan perlakuan, yang semuanya akan diamati di akhir. Kelompok kontrol adalah ibu nifas dengan *breast care* dan kelompok perlakuan adalah ibu nifas dengan pijat oksitosin. Responden adalah ibu nifas hari ke-1 dan ke-2 yang diberikan *breast care* untuk kelompok kontrol dan diberikan pijat oksitosin untuk kelompok perlakuan 2x sehari kemudian diobservasi produksi ASI-nya pada hari ke-4. Responden sejumlah 30 ibu nifas, diambil dengan tehnik *purposive sampling* terdiri dari 15 ibu nifas dengan *breast care* dan 15 ibu nifas dengan pijat

Jurnal Teknologi, Kesehatan dan Ilmu Sosial

oksitosin. Analisis data menggunakan independet t test menunjukkan nilai t-hit $(4,000) > t_{tab}(2,048)$ atau nilai $\rho (0,000) < 0,05$ yang artinya ada perbedaan produksi ASI pada ibu post partum dengan Pijat Oksitosin dan Breast Care dimana produksi ASI pada ibu post partum dengan Pijat Oksitosin lebih lancar dibandingkan produksi ASI pada ibu post partum dengan *Breast Care* (mean $5,33 > 4,00$). (Wijayanti and Setiyaningsih 2017)

Breast care pada hari-hari pertama masa nifas dapat melancarkan aliran darah pada payudara, selanjutnya dapat mengurangi tekanan *intraduktal* yang diakibatkan oleh ASI yang terkumpul pada *duktus laktiferus* kemudian penarikan pada puting susu dapat melenturkan dan membuka *duktus laktiferus*, sehingga memudahkan bayi untuk mengisap ASI. Penarikan puting juga dapat merangsang ujung saraf sensoris sekitar puting susu, sehingga rangsangan ini dilanjutkan ke hipotalamus melalui *medula spinalis* dan *mesencephalon*. *Hipotalamus* akan menekan pengeluaran faktor yang menghambat sekresi prolaktin dan sebaliknya akan merangsang pengeluaran faktor yang memacu sekresi prolaktin. Faktor pemacu sekresi prolaktin akan merangsang hipofise anterior untuk memproduksi prolaktin. Hormon prolaktin ini selanjutnya akan merangsang sel alveoli untuk membuat air susu. (IP 2019)

Menurut asumsi peneliti alasan *breast care post partum* adalah perawatan payudara pada ibu setelah melahirkan tujuannya memelihara kesehatan payudara dengan untuk mempersiapkan ASI pada waktu *post partum*, manfaat *breast care post partum* antara lain melancarkan refleks pengeluaran ASI atau refleks *let down*, cara ini dapat meningkatkan volume ASI namun ada hal yang harus diperhatikan agar *breast care* dapat meningkatkan produksi ASI yaitu salah satunya yaitu frekuensi melakukan *breast care*, agar dapat meningkatkan produksi ASI *breast care* harus rutin dilaksanakan, maka menurut asumsi peneliti *breast care* tidak dapat meningkatkan produksi ASI dengan cepat dibanding dengan kombinasi pijat oksitosin dan aromaterapi lavender terhadap produksi ASI.

5. KESIMPULAN

1. Produksi ASI sebelum dilakukan kombinasi pijatan oksitosin dengan aromaterapi lavender menunjukkan nilai rata-rata (mean) adalah 5,77 dengan standar deviasi sebesar 3,161 dengan jumlah ASI yang terendah 2 ml dan jumlah ASI yang tertinggi 13 ml, setelah dilakukan kombinasi pijat oksitosin dan aromaterapi lavender hasil rata-rata (mean) 9,05 dengan standar deviasi sebesar 4,100 dengan jumlah ASI yang terendah 3 ml dan jumlah ASI yang tertinggi 18 ml.
2. Produksi ASI sebelum dilakukan *breast care* menunjukkan nilai rata-rata (mean) adalah 5,55 dengan standar deviasi sebesar 2,087 dengan jumlah ASI yang terendah 2 ml dan jumlah ASI yang tertinggi 10 ml, setelah *breast care* didapatkan hasil rata-rata (mean) 5,32 dengan standar deviasi sebesar 1,912 dengan jumlah ASI yang terendah 2 ml dan jumlah ASI yang tertinggi 10 ml.
3. Secara statistik terdapat perbedaan rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan kombinasi pijat oksitosin dan aromaterapi lavender.
4. Secara statistik tidak terdapat perbedaan rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan *breast care* pada kelompok kontrol.

DAFTAR PUSTAKA

- Asiyah, Nor, And Atun Wigati. 2015. "Minyak Aromaterapi Lavender Sebagai Media Peningkatan Produksi Asi." *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* 6(2).
- Bonny, Danuatmaja, And Mila Meilasari. 2004. *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit*. Niaga Swadaya.
- Delima, Mera, Gina Zulfia Arni, And Ernalinda Rosya. 2016. "Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui Di Puskesmas Plus Mandiangin." *Jurnal Ipteks Terapan* 9(4): 282-93.
- Dewi, Adinda Putri Sari, Djaswadi Dasuki, And Farida Kartini. 2017. "The Effect Of Back Massage To Improve Breast Milk Production For Mothersafter Secarean Section." *Kesmas Indonesia* 9(02): 1-9.
- Florida, Grasiona, Irna Nursanti, And Giri Widakdo. "Efektifitas Pijat Punggung, Pijat Oksitosin Dan Kombinasi Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Dengan Section Caesarea."
- Hafid, Muhammad Fadly. "Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Hasil Tes Potensi Akademik Siswa Kelas Xii Sma Negeri 21 Makassar Tahun Pelajaran 2017/2018."
- Hargi, Jayanta Permana. 2013. "Hubungan Dukungan Suami Dengan Sikap Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember."
- Ip, Nella Vallen. 2019. "Pengaruh Pemberian Semangka Terhadap Produksi Asi Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangayu Kota Semarang." *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* 10(2).

Jurnal Teknologi, Kesehatan dan Ilmu Sosial

- Jamilah, Jamilah. 2015. "Efektifitas Kombinasi Pijat Oksitosin Tehnik Effleurage Dan Aromaterapi Rose Terhadap Kadar Prolaktin Post Partum Normal." *Jurnal Ilmiah Bidan* 1(1): 1–14.
- Kenia, Ni Made, And Dian Taviyanda. 2013. "Influence Of Relaxation Therapy (Rose Aromatherapy) Towards Blood Pressure Change Of The Elderly With Hypertension." *Jurnal Penelitian Stikes Kediri* 6(1): 84–98.
- Kianpour, Maryam, Akram Mansouri, Tayebbeh Mehrabi, And Gholamreza Asghari. 2016. "Effect Of Lavender Scent Inhalation On Prevention Of Stress, Anxiety And Depression In The Postpartum Period." *Iranian Journal Of Nursing And Midwifery Research* 21(2): 197.
- Latifah, Juhar, Abdurahman Wahid, And Agianto Agianto. 2015. "Perbandingan Breast Care Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Normal." *Dunia Keperawatan* 3(1): 34–43.
- Lee, Dung-Fang Et Al. 2007. "Ikk β Suppression Of Tsc1 Links Inflammation And Tumor Angiogenesis Via The Mtor Pathway." *Cell* 130(3): 440–55.
- Muthoharoh, Husnul. 2018. "Hubungan Pantang Makanan Pada Ibu Nifas Dengan Percepatan Involusi Uterus Pada Hari Ke 7 Post Partum." *Jurnal Kebidanan* 10(1): 32–40.
- Nainggolan, Mindo. 2009. "Pengetahuan Ibu Primigravida Mengenai Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Dan Kuantitas Asi Di Puskesmas Simalingkar Medan." *Pengetahuan Ibu Primigravida Mengenai Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Dan Kuantitas Asi Di Puskesmas Simalingkar Medan.*
- Penyusun, Tim Et Al. 2006. "Bahan Ajar." *Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.*
- Putri, Niza Zulnia. "Hubungan Antara Faktor Ibu Dan Inisiasi Menyusu Dini (Imd) Dengan Pemberian Asi Eksklusif Oleh Ibu Multipara Pada Bayi Usia 6-12 Bulan (Studi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pademawu, Kecamatan Pademawu, Kabupaten Pamekasan)."
- Rizqiani, Aulia Putri. 2017. "Pengaruh Terapi Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Primigravida Di Rumah Bersalin Citra Insani Semarang."
- Widayanti, Wiwin. 2014. "Efektivitas Metode 'Speos'(Stimulasi Pijat Endorphin, Oksitosin Dan Sugestif Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Nifas:(Quasi Ekperimen, Di Bpm Wilayah Kabupaten Cirebon Tahun 2013)."
- Wijayanti, Titik, And Atik Setiyaningsih. 2017. "Perbedaan Metode Pijat Oksitosin Dan Breast Care Dalam Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Post Partum." *Jurnal Komunikasi Kesehatan (Edisi 15)* 8(2).
- Yuliana, Wahida, Mohammad Hakimi, And Yuli Isnaeni. 2016. "Efektifitas Pijat Punggung Menggunakan Minyak Esensial Lavender Terhadap Produksi Asi Ibu Pasca Salin."

Alamat Email : semnasmdibi@gmail.com

Alamat Jurnal : <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/>