

PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI BPM ‘TRS’ CANGKRINGAN YOGYAKARTA

Indriany Tuasikal., Triana Indrayani

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional Jakarta, Indonesia

Corresponding Author : trianaindrayani@civitas.unas.ac.id

Abstrak

Latar Belakang : Menurut WHO (World Health Organization), bayi yang diberi susu selain ASI, mempunyai risiko 17 kali lebih mengalami diare, dan tiga sampai empat kali lebih besar kemungkinan terkena ISPA (Infeksi Saluran Pernafasan Akut) dibandingkan dengan bayi yang mendapatkan ASI. Oleh karena itu ibu memerlukan bantuan agar proses menyusui ASI eksklusif berhasil. Di Indonesia bayi yang mendapatkan ASI sebesar 37,3%. Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin di Bpm ‘TRS’ Cangkringan Yogyakarta.

Metode : Desain penelitian quasi eksperimen dengan pendekatan One Group PreTest-Posttest Designs. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 responden dengan teknik accidental Sampling yang memenuhi kriteria inklusi. Analisis data menggunakan non parametrik test dengan Uji Wilcoxon.

Hasil : Penelitian yang dilakukan pre test 20 responden ibu menyusui sebelum dilakukan pijat oksitosin, sebagian besar produksi ASI kurang sebanyak 7 (35%) Sedangkan jumlah produksi ASI sesudah pijat oksitosin pada sebagian besar baik sebanyak 13 (65%).

Kesimpulan : Ada pengaruh signifikan melakukan pijat oksitosin terhadap produksi ASI dimana nilai p value= 0.000(p value<0.05). Diharapkan dapat memotivasi ibu untuk melakukan perawatan payudara sejak hamil sampai masa menyusui agar meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum yang mengalami kesulitan dalam kelancaran ASI dengan melakukan pijat oksitosin.

Keywords. Pijat Oksitosin, Ibu Menyusui, Produksi ASI.

LATAR BELAKANG

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) dan merupakan usaha untuk merangsang hormon oksitosin setelah melahirkan. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin (Mardiyarningsih, 2010). Di Indonesia Tahun 2018 menunjukkan bahwa presentase bayi yang telah mendapat ASI eksklusif sampai berusia 6 bulan adalah sebesar 37,3% (Risksedas, 2018). Berdasarkan data dari Riskesdas proporsi pemberian ASI bayi umur 0-5 bulan menurut provinsi cakupan ASI terendah berada di daerah Nusa Tenggara Barat yaitu sebesar 20,3%.

Cakupan ASI di Indonesia yaitu sebesar 37,3%, cakupan bayi yang mendapat ASI tertinggi yaitu di daerah Babel yaitu sebesar 56,7% (Risksedas, 2018). Di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) yang mendapatkan Asi Eksklusif di Kabupaten Sleman 82,6%, Kabupaten Kulon Progo 77,0%, Kabupaten Bantul 74,3%, Kabupaten Gunungkidul 66,7% dan Kota Yogyakarta 66,3% persentase pemberian ASI eksklusif paling tinggi terjadi di Kabupaten Sleman dan paling rendah terjadi di Kota Yogyakarta dan Kabupaten Gunungkidul (Data DIY, 2017). Berdasarkan Penelitian yang dilakukan oleh Rusdiati (2013) tentang pengaruh pijat oksitosin pada ibu nifas terhadap pengeluaran ASI di Kabupaten Jember mendapatkan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata pengeluaran ASI pada ibu nifas

yang tidak dilakukan pijat oksitosin sebesar 4,61 menit dan rata-rata pengeluaran ASI pada ibu nifas yang dilakukan pijat oksitosin sebesar 11,78 menit.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di BPM ‘TRS’ Cangkringan Yogyakarta pada Tanggal 10 Desember Tahun 2019, peneliti melakukan wawancara pada 5 ibu menyusui, didapatkan 4 ibu menyusui yang mengalami masalah pengeluaran ASI tidak lancar, sedangkan pada 1 ibu menyusui tidak mengalami masalah pengeluaran ASI.

Sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap ibu menyusui di BPM ‘TRS’ Cangkringan Yogyakarta”.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan quasi eksperiment, rancangan penelitian yang digunakan adalah rancangan one group pretest-posttest design, dimana rancangan ini tidak memiliki kelompok kontrol.

Penelitian ini dilakukan di BPM ‘TRS’ Cangkringan Yogyakarta, dimana ibu yang mempunyai bayi 0-6 bulan yang datang ke bpm tersebut. Metode pemilihan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Aksidental sampling. Pengambilan sampel secara aksidental ini dilakukan dengan mengambil kasus atau responden yang secara kebetulan ada atau tersedia di suatu tempat sesuai dengan konteks penelitian (Notoadmodjo, 2010). Sampel dalam penelitian ini terdapat 20 responden ibu menyusui yang mempunyai bayi usia 0 sampai 6 bulan di BPM ‘TRS’ Cangkringan. Kriteria inklusi dan eksklusi dimana kriteria tersebut menentukan dapat dan tidaknya sampel dilakukan.

HASIL PENELITIAN

Distribusi Frekuensi Pijat Oksitosin Ibu Menyusui di Bpm Tri Rahayu Setyaningsih Cangkringan Yogyakarta Tahun 2019.

Tabel dibawah menunjukkan adanya perubahan kenaikan produksi ASI dari Pretest (sebelum dilakukan pijat oksitosin) ke Post test (sesudah dilakukan pijat

oksitosin) dengan mean Pre Test 4.10 (skala kurang) dan post test sebesar 6.10 (skala baik).

Variabel	N	Mea	Min-Max	P Value
Pre Test	20	4.10	2-6	0,000
Post Test	20	6.10	5-8	

Hasil analisis bivariat menunjukkan nilai p value 0.000 maka dapat disimpulkan ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI. Pada ibu menyusui.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukan bahwa rata rata produksi ASI menunjukan adanya perubahan kenaikan produksi ASI dari Pre test (sebelum dilakukan pijat oksitosin) ke post test (sesudah dilakukan pijat oksitosin) dengan mean pre test 4.10 (skala kurang) dan post test sebesar 6.10 (baik). Hasil analisis bivariat menunjukan nilai p value=0.000<(0.05) menunjukan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu menyusui.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Tiur Wulan Mayasari (2017) dengan judul Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui di Desa Merbuh Kecamatan Singorojo Kabupaten Kendal, menunjukkan bahwa ibu menyusui sebelum diberikan pijat oksitosin sebagian besar kurang (60%) dan sesudah diberikan pijat oksitosin sebagian besar cukup (53%) dan Analisis Bivariat menunjukan ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu menyusui di Desa Merbuh Kecamatan Kendal dengan nilai p value=0.000(p value<0,05).

Penelitian ini didukung oleh teori (Kodrat, 2010) , tidak semua ibu menyusui mengeluarkan ASI yang cukup untuk bayinya dimana faktor penghambat dalam pemberian ASI adalah produksi ASI itu sendiri. Produksi ASI yang kurang dan lambat keluar dapat menyebabkan ibu tidak memberikan ASI pada bayinya dengan cukup. Selain hormon prolaktin, proses laktasi juga bergantung pada hormon oksitosin, yang dilepas dari hipofise posterior sebagai reaksi terhadap penghisapan puting.

Oksitosin mempengaruhi sel-sel mioepitel yang mengelilingi alveoli mammae sehingga alveoli berkontraksi dan mengeluarkan air susu yang sudah disekresikan oleh kelenjar Mammae, refleks oksitosin ini dipengaruhi oleh jiwa ibu. Jika ada rasa cemas, stress dan ragu yang terjadi, maka pengeluaran ASI bisa terhambat. Selain Ibu harus memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan pijat oksitosin yaitu mendengarkan suara bayi yang dapat memicu aliran yang memperlihatkan bagaimana produksi susu dapat dipengaruhi secara psikologi dan kondisi lingkungan saat menyusui, rasa percaya diri sehingga tidak muncul persepsi tentang ketidak cukupan suplai ASI, mendekati diri dengan bayi, relaksasi yaitu latihan yang bersifat merilekskan maupun menenangkan seperti meditasi, yoga, dan relaksasi progresif dapat membantu memulihkan ketidak seimbangan saraf dan hormon dan memberikan ketenangan alami, sentuhan dan Pijatan Ketika menyusui, dukungan suami dan keluarga, merangsang puting susu yaitu dengan menarik dan memutar puting susu secara perlahan dengan jari-jarinya (Astutik, 2014).

Teori Hamrananani, (2010). pijatan atau rangsangan pada tulang belakang, neurotransmitter akan mengirim pesan ke hypothalamus di hypofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Pijatan didaerah tulang belakang ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan begitu hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran air susu ibu.

Analisis peneliti berpendapat bahwa dengan melakukan pijat oksitosin akan memberikan rasa relaks, tenang dan rasa nyaman sehingga akan meningkatkan produksi ASI. Pada ibu yang baru saja melewati proses persalinannya sering merasa kelelahan dan stress akibat rasa sakit yang dialami saat menjalani persalinannya, serta ketegangan otot. Untuk itu dukungan dari berbagai pihak baik suami, keluarga ataupun tenaga kesehatan sangat diperlukan karena kondisi psikologi ibu yang tidak stabil dapat menurunkan stimulus hormon oksitosin. Dampak yang terjadi adalah pemngeluaran ASI menjadi

terlambat. Selain dukungan emosional, dukungan fisik dengan pemberian pijat dan juga pemenuhan nutrisi serta istirahat yang cukup akan membuat tubuh ibu menjadi rileks dan nyaman

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan tentang pengaruh pijat oksitosin di BPM 'TRS' Cangkringan Yogyakarta, didapatkan kesimpulan sebagai berikut.

1. Terdapat responden yang sebelum diberikan pijat oksitosin didapatkan bahwa 20 responden, dengan produksi ASI kurang sebanyak 7(35%) dan baik sebanyak 13 (62%).
2. Responden yang setelah diberikan pijat oksitosin didapatkan bahwa 20 responden, dengan produksi ASI baik sebanyak 20 (100%).
3. Ada pengaruh signifikan melakukan pijat oksitosin terhadap produksi ASI, karena ada pengaruh signifikan antara produksi ASI sebelum dan sesudah perlakuan.

Disarankan Bagi BPM untuk menjadikan pijat oksitosin sebagai prosedur tetap untuk pelayanan post partum maupun ibu menyusui

DAFTAR PUSTAKA

- Astutik dan Yulia. R 2014. Payudara dan laktasi. Jakarta :Salemba Medika.
- Dinkes DIY, 2017. Profil Kesehatan. Daerah Istimewa Yogyakarta.
- Mardiyarningsih, E., Setyowati, Sabri, L. 2010. Efektifitas Kombinasi Tehnik Marmet dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Ibu Postseksio Di Rumah Sakit Wilayah Jawa Tengah. Jurnal Keperawatan Soedirman. Vol.6, No.1: 31-38.
- Riskedes 2018, Riset Kesehatan Dasar 2018.
- Rusdiati 2013. Pengaruh Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran Asi Di Kabupaten Jember . Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Notoatmodjo, S. 2010. Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta :RinekaCipta.

Mayasari, T.W. dan Susanti, Y. dan Livana PH. 2017.
Jurnal Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap
Produksi ASI Ibu Menyusui. Program Studi Ilmu
Keperawatan Kendal, Stikes Kendal, Vol 9 Maret
2017

Lawrence, R. A. 2011. Breastfeeding: A guide for the
medical profession. St Louis. CV. Mosby