

Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro	Vol. 7 No. 2	Edition: April 2025 - Oktober 2025
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPK2R	
Received : 10 April 2025	Revised: -----	Accepted: 15 April 2025

PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU POSTPARTUM DIKLINIK PRATAMA KASIH IBU DI DELI TUA TAHUN 2024

Stefani Anastasia Sitepu¹, Vitrilina Hutabarat², Olivia Grace Angeline³

**Program Studi Ilmu Keperawatan Program Sarjana
Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan
Deli Husada Deli Tua Tahun 2025
Email : anastasyastefani@gmail.com**

ABSTRACT

The basic capital to form a quality human being begins in the womb accompanied by the provision of breast milk from an early age, especially the provision of exclusive breast milk. Efforts that can be made to stimulate the hormones prolactin and oxytocin in the mother after giving birth are to cause a feeling of relaxation in the mother by massaging to stimulate the nerve cells in the breasts. The aim of the research was to determine the effect of oxytocin massage on the smooth flow of breast milk in postpartum mothers at the Pratama Kasih Ibu Clinic. This research method uses a quasi-experiment with a one group pretest-posttest approach. The population of postpartum mothers according to the inclusion criteria was 20 respondents. The instrument for collecting data is an observation sheet, and to find out whether the hypothesis is accepted or rejected using the Wilcoxon hypothesis test because it is not normally distributed. The study outcomes before the intervention, the majority of mothers experienced less than smooth breast milk production, 20 people (100.0%) and after the intervention, the majority of mothers experienced smooth breast milk production, 13 people (65.0%) and the Wilcoxon test value ($p= 0.000$). In conclusion, there is an effect of oxytocin massage on the smooth production of breast milk in postpartum mothers at the Pratama Kasih Ibu Deli Tua Clinic in 2024. It is hoped that postpartum mothers can carry out oxytocin massage to increase breast milk production and in future researchers can develop research with other non-pharmacological therapies such as giving fruit. papaya, soy milk, katuk leaves to increase breast milk production.

Kata Kunci : Pijat Oksitosin, Kelancaran Pengeluaran ASI, Postpartum

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) ialah nutrisi alami paling baik yang mempunyai kandungan semua zat gizi esensial untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi. World Health Organization (WHO) dan United Nations Children's Fund (UNICEF) telah menetapkan rekomendasi global untuk memberikan ASI eksklusif kepada anak selama 6 bulan awal kehidupannya. Namun, data menunjukkan bahwa di seluruh dunia, hanya 41% bayi pada 6 bulan kehidupannya yang mendapatkan ASI eksklusif (Asnidawati & Ramdhan, 2021). Kondisi serupa juga terjadi di Indonesia, dimana mengacu catatan Kementerian Kesehatan RI pada 2022, capaian ASI eksklusif baru mencapai 65,9%, angka yang berbeda signifikan dibanding yang ditargetkan secara nasional mencapai 80% (Astutik et al, 2023).

Permasalahan yang sering muncul dalam pemberian ASI terutama terjadi pada masa-masa awal menyusui. Data menunjukkan 30-40% ibu postpartum mengalami masalah produksi ASI yang tidak lancar di hari-hari awal. Faktor-faktor seperti stress, kecemasan, dan kurangnya dukungan berkontribusi dalam menghambat produksi ASI. Ketidاكلancaran produksi ASI membawa dampak serius, dimana bayi tidak mendapatkan nutrisi optimal yang dibutuhkan. Kondisi ini meningkatkan risiko pemberian susu formula dini, menurunkan kepercayaan diri ibu dalam menyusui, dan berpotensi

menggagalkan keberhasilan ASI eksklusif.

Berbagai penelitian telah membuktikan efektivitas pijat oksitosin guna mendorong tingkat produksi ASI. Penelitian Alfiatun et al (2021) mendemonstrasikan angka meningkat pada produksi ASI senilai 65% untuk kelompok yang menerima intervensi pijat oksitosin. Studi lain oleh Widyantika (2024) membuktikan bahwa pijat oksitosin dapat meningkatkan volume ASI hingga 50ml per hari.

Mengacu studi pendahuluan pada Klinik Rawat Kasih Ibu pada September 2024, didapat temuan, dari 20 ibu yang sudah bersalin, mayoritasnya dari yang kali pertam melahirkan (primigravida) sampai yang pernah melahirkan (multipara), tak mengetahui bagaimana perawatan payudara agar mendorong kelancaran pengeluaran asi . Itulah mengapa, peneliti mempunyai ketertarikan meneliti terkait, "Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Postpartum di Klinik Pratama Kasih Ibu".

METODE PENELITIAN

Metode yang dipergunakan pa da penelitian berupa *quasy eksperiment* dan pendekatannya *one group pretest-posttest*. Populasi ibu postpartum sesuai dengan kriteria inklusi berjumlah 20 responden. Instrumen untuk pengumpulan data adalah kuesioner dan guna menyelidiki benarkah hipotesisnya diterima ataukah ditolak mempergunakan uji hipotesis dengan *wilcoxon* karena tidak berdistribusi normal.

HASIL PENELITIAN:**1. Karakteristik Responden****Tabel 1 Karakteristik Responden (n =20)**

Karakteristik Responden		
Usia	Frekuensi	Persentase %
< 20 Tahun	4	20.0
20 - 35 Tahun	14	70.0
> 35 Tahun	2	10.0
Pendidikan	Frekuensi	Persentase %
SMP	5	25.0
SMA	13	65.0
Perguruan Tinggi	2	10.0
Paritas	Frekuensi	Persentase %
Primigravida	13	65.0
Multigravida	7	35.0

Berdasarkan tabel 1 diatas dari 20 responden berdasarkan umur mayoritas > 35 tahun sejumlah 2 orang (10.0%). Menurut tingkat pendidikannya sebagian besar SMA sejumlah 13 orang (65.0%). Sedangkan untuk paritas mayoritas ibu primigravida sebanyak 13 orang (65,0%).

2. Hasil Analisa Univariat**Tabel 2. Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post-Partum* Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Oksitosin (n =20)**

Kelancaran pengeluaran ASI	Sebelum		Sesudah	
	f	%	f	%
Cukup	-	-	13	65.0
Kurang	20	100.0	7	35.0
Total	20	100	0	0
Total	20	100,0	20	100,0

Mengacu tabel 2 diperoleh sebelum intervensi pijat oksitosin mayoritas ASI kurang lancar sebanyak 20 orang (100.0%) dan sesudah intervensi pijat oksitosin mayoritas ASI lancar sebanyak 13 orang (65,0%).

3. Hasil Analisa Bivariat**Tabel 3. Distribusi Uji Normalitas Data**

Uji Normalitas Data	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
Sebelum intervensi	0.608	20	0.000
Sesudah intervensi	0.817	20	0.002

Hasil tabel 3. memperlihatkan, *output test normality* yang dihasilkan bernilai sig < 0,05 yaitu datanya tak berdistribusi normal, yang diartikan akan dilakukan *wilcoxon test*.

Tabel 4. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum

Produksi ASI	Mean	Selisih Mean	Z hitung	p value
Sebelum intervensi	2.35	3,5	3.951>	0,000<
Sesudah intervensi	5.85		0,4798	0,05

Tabel4 hasil analisa nilai *p value*=0,000 < 0,05 yaitu terdapatnya pengaruh pijat oksitosin kepada kelancaran pengeluaran ASI yang dialami ibu postpartum di Klinik Pratama Kasih Ibu Deli Tua Tahun 2024.

PEMBAHASAN

1. Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post-Partum* Sebelum Dilakukan Pijat Oksitosin

Hasil penelitian sebelum intervensi kelancaran pengeluaran ASI ibu mayoritas kurang dari lembar hasil kuesioner menyatakan ASI tidak keluar tanpa di tekan dan setelah menyusui payudara terasa kosong, sedangkan pada ibu dengan produksi ASI cukup menyatakan, ASI keluar ketika ditekan, kembali kosong setelah bayi menyusui.

Tak seluruh ibu *postpartum* langsung bisa lancar pengeluaran ASI mereka dikarenakan termasuk sebuah kinerja kompleks antara rangsangan mekanik, saraf dan beragam hormonal yang memengaruhi keluaran oksitosin. Hal tersebut biasanya berasal dari pengaruh isapan bayi yang juga

berasal dari pengaruh reseptornya yang ada di sistem duktus. Jika duktus melebar ataupun meluna, dari sisi reflektoris oksitosin keluar oleh hipofise yang berfungsi menjadi pemeras air susu dari alveoli (Wahyuni et al., 2024).

Faktor yang bisa memengaruhi kelancaran pengeluaran ASI, yakni umur. Hasil penelitian diperoleh usia mayoritas 20 – 25 tahun sebanyak 14 orang (70%). Umur yang masih di bawah 20 tahun masih dalam fase bertumbuh, tak terkecuali pada organ reproduksi (payudara), makin mudanya umur ibu, biasanya berkecenderungan tak melakukan pemberian ASI dikarenakan tuntutan sosial, masalah psikis ibu, hingga tekanan sosial yang bisa memengaruhi keluarnya ASI. Umur 20-35 tahun termasuk ideal bagi tubuh dalam produksi ASI yang baik dan dari sisi

jasmaniah dan rohaninya tergolong sudah relatif matang. Umur ibu yang di atas 35 tahun biasanya organ reproduksinya cenderung melemah dan kurang optimal dalam memberikan ASI eksklusif. Secara mendasar, penambahan usia ibu, bisa menambahkan pengalamannya, baik dari pribadinya maupun lingkungan (Siregar et al., 2023).

Dalam penelitian ini tingkat pendidikan responden mayoritas SMA sebanyak 13 orang (65.0%). Pendidikan termasuk faktor paling penting yang bisa memengaruhi lancar tidaknya ASI karena faktor ini bisa menjadi cara bagi ibu menyerap wawasan dan ilmu terkait ASI. Sebab, melalui pendidikan yang lebih tinggi, harapannya tercapai kemampuan memahami dari ibu terkait pengetahuan dan dengan itu terbentuk pikiran positif. Makin tingginya pendidikan ibu, akan makin beragam informasinya yang dimiliki yang bisa mendorong kemungkinan adanya pengetahuan terkait melancarkan ASI. Sebab, ibu yang berpendidikan tinggi cenderung bisa menerima pengetahuan dan perubahan guna mendorong tingkat keselamatan ibu dan bayinya. Ibu termotivasi menggali pengetahuan hingga pemahaman dan kemampuannya berkaitan dengan laktasi juga bertambah. Tingginya pemahaman ibu harapannya bisa mendorong kesadaran dan kemampuannya dalam mengelola diri dan waktu terkait laktasi hingga ASI yang dikeluarkan bisa lancar dan optimal dalam memberikan ASI (Pujiati, et al., 2021).

Selain itu paritas ibu juga memengaruhi produksi ASI. Hasil

karakteristik responden menunjukkan mayoritas ibu primigravida sejumlah 13 orang (65,0%) dan minoritas ibu multigravida sejumlah 7 orang (35,0%). Paritas ibu multipara dan yang umurnya lebih matang berpengalaman mengasuh bayi sebelumnya, yang membuat mereka mempunyai ketekunan lebih baik dalam pemberian ASI. Berlainan dibanding ibu primipara yang usianya muda masih kerap masara cemas, bahkan pada saat masih hamil sampai saat menyusui, karena mereka baru kali pertama melalui tahapan tersebut. Produksi ASI kurang juga dilihat faktor status gizi ibu. Status gizi termasuk faktor yang memengaruhi peningkatan keluaran ASI. Makin memadai status gizunya, makin bersiap si ibu dari sisi otot payudaranya dalam produksi ASI (Siregar, Mardha, & Syafitri, 2023).

2. Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post-Partum* Setelah Dilakukan Pijat Oksitosin

Mengacu hasil penelitian diperoleh hasil setelah diterapkan intervensi pijat oksitosin di Klinik Pratama Kasih Ibu Deli Tua Tahun 2024 mayoritas ibu mengalami pengeluaran ASI lancar sejumlah 13 orang (65,0%) dan minoritas kurang lancar sejumlah 7 orang (35,0%).

Penelitian (Sulaeman et al., 2019) pengeluaran ASI dapat dipercepat lewat pijatan ataupun rangsangan terhadap tulang belakang. Melalui memijat pada area tulang belakang juga bisa membuat rileks saraf yang tegang dan membuat stres hilang, yang menyebabkan keluarnya hormone oksitosin sehingga produksi ASI lebih mudah, dan ditambah

bantuan isapan bayi kepada puting susu sesaat selepas bayi terlahir, ASI yang menetes ataupun keluar ialah penanda refleks oksitosin yang telah aktif. Berkurangnya ketaknyamanan yang dialami ibu menyusui bisa menjadi bantuan melancarkan produksi ASI.

3. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum di Klinik Pratama Kasih Ibu Deli Tua Tahun 2024

Mengacu temuan penelitian didapat adanya peningkatan yang signifikan terkait kelancaran pengeluaran ASI selepas mendapat pemijatan. Hasil analisa deproleh $p\text{-value} = 0,000 < \text{nilai } \alpha = 0,05$ dan z hitung senilai $3.951 > z$ tabel $0,4394$ diartikan terdapatnya pengaruh pijat oksitosin kepada kelancaran pengeluaran ASI yang dialami ibu postpartum di Klinik Pratama Kasih Ibu Deli Tua Tahun 2024.

Selaras dengan penelitian (Wijayanti & Wahyuni, 2023) juga menyatakan, terdapatnya pengaruh pijat oksitosin kepada Produksi ASI yang dialami Ibu Nifas yang mempunyai Riwayat Malaria, yakni didapat rerata Produksi ASI pretest senilai $143,00$ ml dan rerata Produksi ASI posttest senilai $249,33$ ml dan pada pengaruh pijat oksitosin kepada produksi ASI didapat p value senilai $0,000$.

Sejalan dari penelitian (Apreliasari & Risnawati, 2020) produksi ASI sebelum dan sesudah diberi perlakuan pijat oksitosin, ditemukan pengujian statistik mempergunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* didapat p value senilai =

$0,035$ ($p < 0,05$) yang diartikan adanya pengaruh pijat oksitosin kepada produksi ASI.

Hasil ini selaras dengan temuan studi (Yantigustina et al., 2023) menyatakan, produksi ASI sebelum diberi perlakuan pijat oksitosin ditemukan, seluruhnya berproduksi ASI kurang sejumlah 100% . Sementara sesudah diberi pijat oksitosin produksi ASI mencukupi sejumlah 100% . Temuan pengujian *wilcoxon* nilai- $p=0,002$ (nilai- $p<0,05$) yang diartikan terdapatnya hasil berbeda pada produksi ASI sebelum dan sesudah diberikannya pijat oksitosin terhadap ibu ber riwayat BBLR pada ruang NICU RSUD Taman Husada Bontang.

Pijat oksitosin yang diterapkan peneliti guna memicu rangsangan reflek oksitosin ataupun *reflek let down* lewat rangsangan sensori dari sistem afferen. Pijat tersebut dilangsungkan melalui pemijatan pada area punggung di seluruh dua sisi tulang belakang hingga harapannya dengan dipijat, bisa merasakan rileks dan menghilangkan rasa lela selepas bersalin. Bila ibu merasakan kenyamanan, santai dan tak lelah, hal ini bisa memicu rangsangan produksi oksitosin dan ASI bisa keluar lebih lancar setelah persalinan (Dewi et al., 2022).

Pengeuaran ASI yang menjadi lancar ini dikarenakan proses membentuk ASI yang berlangsung saat disentuh ataupun dirangsang melalui proses pemijatan tersebut. Rangsangan ini bisa memicu keluarnya oksitosin yang mengakibatkan sel-sel mioepithel berkontraksi, prosesnya ini dikenal dengan "refleks prolaktin" yang menjadikan ASI bisa tersedia untuk

bayi. Isapan ataupun rangsangan terhadap payudara bisa mendorong terlepasnya ASI dari alveolus mammae lewat duktus menuju sinus laktiferus. Berikutnya memicu rangsangan produksi oksitosin oleh kelenjar hipofisis posterior, lalu oksitosin masuk ke darah dan mengakibatkan sel-sel myoepithel berkontraksi di sekeliling alveolus mammae dan duktus laktiferus. Kontraksi yang berlangsung di sel-sel spesifik ini lalu memicu keluarnya ASI dari alveoli lewat duktus laktiferus ke sinus laktiferus lokasi penyimpanan ASI. Artinya isapan terhadap payudara ASI pada sinus tertekan keluar (Sinaga & Br Sembiring, 2022).

KESIMPULAN

Terdapat pengaruh pijat oksitosin kepada kelancaran pengeluaran ASI yang dialami ibu postpartum di Klinik Pratama Kasih Ibu Deli Tua Tahun 2024 melalui *p-value* senilai = 0,000 < α senilai = 0,05 dan *z* hitung senilai 3.951 > *z* tabel 0,4394.

SARAN

1. Bagi Responden

Memanfaatkan pijat oksitosin yang bisa mendorong tingkat produksi ASI. Dan sebaiknya ibu rutin mengonsumsi baik sayuran seperti susu kedelai, dan buah-buahan yang mempunyai kandungan air yang besar, seperti pear, semangka, melon, dan banyak lagi buah berair yang bisa menjadi penstimulus dan peningkat sekresi dan jumlah produksi ASI. Pada akhirnya, hal tersebut bisa mendukung kesuksesan agenda pemangku kebijakan terkait usaha pemberian

ASI Eksklusif.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Harapannya kepada tenaga kesehatan terutama profesi bidan bisa memberi pengetahuan pada ibu hamil terkait kegunaan dan merekomendasikan ibu *postpartum* untuk menerapkan pijat oksitisin untuk menjadi terapi nonfarmakologi guna meningkatkan produksi ASI pada saat menyusui.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Melakukan pengembangan peneliti dengan variabel yang berbeda seperti pemberian buah pepaya, susu kedelai, daun katuk, atau sari kacang hijau, melaksanakan teknik marmet atau pijat woolwich yang dapat meningkatkan produksi ASI sehingga memperoleh hasil yang lebih luas dan mengkaji faktor psikologis ibu.

DAFTAR PUSTAKA

- Apreliasari, H., & Risnawati. (2020). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI. *Jika*, 5 (1), 48 - 52.
- Alfianti, A. N., & Nurrohmah, A. (2022). Penerapan Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum di Kelurahan Gedangan Kabupaten Boyolali. *Indogenius*, 01 (03), 104-112.
- Asnidawati, A., & Ramdhan, S. (2021). Hambatan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 156-162.
- Astutik, R. D., Murti, N. N., & Noviasari, D. (2023). Hubungan

- Persepsi tentang Kecukupan ASI pada Ibu Menyusui terhadap Pemberian ASI Eksklusif di Blud UPTD Puskesmas Bumi Rahayu Tanjung Selor. *Aspiration of Health Journal*, 1(3), 584-595.
- Dewi, I. M., Basuki, P. P., & Wulandari, A. (2022). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Keperawatan*, 14 (1), 53 - 60.
- Murdiningsih, Hinduh, S., Sumastri, H., & Rohaya. (2021). Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Engeluaran ASI Pada Ibu Pot Partum Di Kota Palembang. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*, 16 (10), 106-110.
- Pujiati, W., Sartika, L., Wati, L., & Ramadinata, R. A. (2021). Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum Wiraraja Medika. *Jurnal Kesehatan*, 11 (2), 78-85.
- Siagian, N. A., & Zega, J. (2022). Pengaruh Pemberian Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Pengeluaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Pada Klinik Kurnia Tahun 2022. *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, 5 (1), 34 - 42.
- Sinaga, R., & Br Sembiring, N. M. (2022). Pengaruh Pijat Woolwich (Rangsangan Pada Payudara) Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di BPM Irma Suskila Kecamatan Medan Marelankota Madya Medan Tahun 2022. *Jurnal Medika Husada*, 2 (2), 39-47.
- Siregar, A. P., Mardha, M. S., & Syafitri, E. (2023). Pengaruh Mengonsumsi Buah Pepaya (*Carica Papaya L.*) Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Klinik Pratama Hanum Medan Tahun 2022. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 8 (1), 78 - 84.
- Trianawati, Tohri, & Mulyani. (2021). Pengaruh Pijat Wollwich Terhadap Rerata Produksi ASI Pada Ibu Postpartum di PMB Lusi Kabupaten Bandung Pada Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Rajawali*, Xi (02), 26 - 32.
- Wahyuni, N. W., Mastiningsih, P., Sumawati, N. M., & Udayani, N. P. (2024). Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Di Ruang Nifas Uptd. Puskesmas Abiansemal I. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 9 (1), 45 - 53.
- Wenty, J., Rofika, A., & Fitjannah, I. (2023). Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Kayu Kunyit Kabupaten Bengkulu Selatan. *Jurnal Nursing Update*, 14 (3), 83 - 90.
- Wijayanti, I., & Wahyuni, S. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas dengan Riwayat Malaria di Puskesmas Tanjung Ria. *Jurnal Ilmiah Obsgin*, 15 (3), 670 - 677.
- Yantigustina, Gandini, A. L., & Sutrisno. (2023). Pengaruh Pijat

Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu dengan BBLR di Ruang Nicu RSUD Taman Husada Bontang. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 3 (4), 1069 - 1080.