

HUBUNGAN PIJAT OKSITOSIN DENGAN PENGELUARAN ASI PADA IBU POST PARTUM DI BPM YUNI FATIMAH, Amd.Keb PEKANBARU TAHUN 2017

Widya Juliarti, Een Husanah

ABSTRAK

ASI adalah nutrisi alamiah terbaik bagi bayi dengan kandungan gizi paling sesuai untuk pertumbuhan optimal. ASI sangat bermanfaat bagi bayi, manfaat tersebut diantaranya memperbaiki saluran cerna, mencegah depresi saat dewasa, mencegah gangguan mental dan perilaku, menambah rasa nyaman dan membantu perkembangan otak dan kecerdasan. ASI juga akan berubah sesuai kebutuhan, DHA dan AA ASI mengandung nutrisi yang mempunyai fungsi spesifik untuk pertumbuhan otak bayi, mengandung lebih dari 100 enzim, dapat mengurangi penyakit jantung, terbukti ilmiah mencegah berbagai penyakit, mengurangi terjadinya diabetes yang tinggi serta obesitas pada bayi, tidak menyebabkan bayi kekurangan zat besi dan memiliki IQ lebih tinggi.

Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijatan oksitosin memberikan rasa nyaman pada ibu setelah mengalami proses persalinan dapat dilakukan selama 2-3 menit secara rutin 2 kali dalam sehari (Depkes, 2007). Melalui pijatan atau rangsangan pada tulang belakang *neurotransmitter* akan merangsang *medulla oblongata* langsung mengirim pesan ke *hypotalamus* di *hyposife posterior* untuk mengeluarkan *oksitosin*, sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan ASInya.

Jenis penelitian ini adalah analitik kuantitatif Dengan desain penelitian yaitu cross sectional. Populasi adalah seluruh ibu post partum periode Agustus- September, Sampel 30 responden dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah accidental sampling. Analisa data dengan menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan pengujian statistic Chi Square.

Hasil uji statistik terdapat hubungan antara pijat oksitosin dengan pengeluaran ASI pada ibu post partum di BPM Yuni Fatimah dengan *p-value* adalah 0,001 ($p < 0,05$).

Diharapkan pijat oksitosin ini dapat dijadikan prosedur tetap sebagai pelayanan postpartum dan diberikan konseling tentang pijat oksitosin kepada ibu hamil dan menyusui.

Kata Kunci: Pijat Oksitosin, ASI, Ibu Post Partum

PENDAHULUAN

ASI adalah nutrisi alamiah terbaik bagi bayi dengan kandungan gizi paling sesuai untuk pertumbuhan optimal. ASI sangat bermanfaat bagi bayi, manfaat tersebut diantaranya memperbaiki saluran cerna, mencegah depresi saat dewasa, mencegah gangguan mental dan perilaku, menambah rasa nyaman dan membantu perkembangan otak dan kecerdasan. ASI juga akan berubah sesuai kebutuhan, DHA dan AA ASI mengandung nutrisi yang mempunyai fungsi spesifik untuk pertumbuhan otak bayi, mengandung lebih dari 100 enzim, dapat mengurangi penyakit jantung, terbukti ilmiah mencegah berbagai penyakit, mengurangi terjadinya diabetes yang tinggi serta obesitas pada bayi, tidak menyebabkan bayi kekurangan zat besi dan memiliki IQ lebih tinggi (Nirwana, 2014).

Dalam upaya pengeluaran ASI ada 2 hal yang mempengaruhi yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Penurunan produksi dan pengeluaran ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan kelancaran produksi dan pengeluaran ASI. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kelancaran produksi dan pengeluaran ASI yaitu perawatan

payudara frekuensi penyusuan, paritas, stress, penyakit atau kesehatan ibu, konsumsi rokok atau alkohol, pil kontrasepsi, asupan nutrisi (Purnama, 2013). Di Indonesia Pijat Oksitosin belum diketahui banyak ibu-ibu post partum, tetapi telah diadakan seminar dan pelatihan pijat oksitosin di beberapa tempat. Pijat oksitosin lebih banyak dikenal masyarakat di Pulau Jawa (Endah, 2011).

Bidan Praktek Mandiri (BPM) Yuni Fatimah, Amd.Keb merupakan BPM yang terletak di wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya, dan merupakan salahsatu bidan yang sudah menerpkan asuhan pijat oksitosin pada ibu post partum, diawali dari kunjungan ANC TM akhir atau mendekati persalinan ibu-ibu sudah diberi pengetahuan tentang upaya memperbanyak produksi ASI salah satunya dengan pijatan oksitosin pada ibu menyusui yang bisa dilakukan oleh siapa saja yang ada didekat ibu baik itu suami atau anggota keluarga lainnya. Dari Survey pendahuluan yang dilakukan terhadap 10 ibu nifas disana, didapatkan 5 ibu mengeluh ASI belum keluar, 5 ibu mengeluhkan ASI sedikit. Dari keluhan tersebut maka dilakukan asuhan atau pemijatan oksitosin selama 3 menit, dari asuhan tersebut diperoleh hasil terjadi peningkatan pengeluaran ASI

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah *analitik kuantitatif* yang dengan desain penelitian yaitu *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antar pijat oksitosin dengan pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum di BPM Yuni Fatimah, Amd.Keb Tahun 2017.

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Pengeluaran ASI dan Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas di BPM Yuni Fatimah, Amd.Keb Tahun 2017

No	Variabel	F	%
11	Pijat Oksitosin		
	1 Ya	18	60
	Tidak	12	40
	Total	30	100
22	Pengeluaran ASI		
	2 Lancar	17	43,3
	Tidak Lancar	13	56,7
	Total	30	100

Data diatas menunjukkan bahwa dari 30 ibu post partum, yang melakukan pijat oksitosin yaitu sebanyak 18 orang ibu post partum dengan persentase 60%. Dan dari 30 ibu post partum, 17 ibu post partum pengeluaran ASI lancar dengan persentase 56,7% .

2. Analisis Bivariat

Tabel 2
Hubungan Pijat Oksitosin dengan Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum di BPM Yuni Fatimah, Amd.Keb Tahun 2017

Pijat Oksitosin	Pengeluaran ASI				Total		Uji Statistik
	Tidak Lancar		Lancar		N	%	
	N	%	N	%			
							P value

Ya	2	11,1	16	88,9	18	100	
Tidak	11	91,7	1	8,3	12	100	0,001
Total	13	43,3	17	56,7	30	100	

Dari Tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa dari 18 ibu post partum yang melakukan pemijatan oksitosin mayoritas pengeluaran ASI lancar yaitu sebanyak 16 orang (86,7%). Dan dari 12 ibu post partum yang tidak melakukan pijat oksitosin, 11 orang (91,7%) mengalami pengeluaran ASI yang tidak lancar. Dari hasil uji statistik dengan *chi square test*, maka diperoleh nilai *p-value* adalah 0,001 ($p < 0,05$), yang berarti bahwa ada hubungan yang bermakna antara pijat oksitosin dengan pengeluaran ASI pada ibu post partum di BPM Yuni Fatimah.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada bulan Agustus s/d September 2017 pada 30 ibu post partum, dapat diketahui bahwa mayoritas ibu melakukan pijat oksitosin dan 16 (88,9 %) ibu post partum pengeluaran ASI lancar. Setelah dilakukan uji statistik dengan *chi square test*, maka diperoleh nilai *p-value* adalah 0,001 ($p < 0,05$), yang berarti bahwa ada hubungan yang bermakna antara pijat oksitosin dengan pengeluaran ASI pada ibu post partum di BPM Yuni Fatimah Tahun 2017.

Produksi dan pengeluaran ASI di pengaruhi oleh dua hormon, yaitu prolaktin dan oksitosin. Hormon oksitosin berfungsi pada pengeluaran ASI dan cara kerjanya dipengaruhi oleh proses hisapan bayi. Semakin sering puting susu dihisap oleh bayi maka semakin banyak pula pengeluaran ASI. Hormon oksitosin sering di sebut sebagai hormon kasih sayang, sebab kadar nya sangat dipengaruhi oleh, suasana hati, rasa bahagia, rasa dicintai, rasa aman, ketenangan, rileks. Pada hari-hari pertama kelahiran bayi, apabila penghisapan puting susu cukup adekuat, maka secara bertahap akan dihasilkan dan dikeluarkan 10-100 ml ASI.

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI, pijat dilakukan untuk merangsang reflek oksitosin atau reflek *letdown*, Selain untuk merangsang *letdown* manfaat pijat oksitosin adalah untuk memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak (*engorgemen*), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI, ketika ibu dan bayi sakit. Pemijatan dilakukan selama 2-3 menit secara rutin 2 kali dalam sehari (Depkes, 2007).

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan Rahmawati (2013), tentang Hubungan pijat oksitosin dengan pengeluaran asi pada ibu postpartum hari 1-2 DI BPM HJ. NL Kota Balikpapan Tahun 2013 Hasil analisis dengan menggunakan *Chi Square* diperoleh nilai *p-value* 0.042 yang artinya ada hubungan pijat oksitosin dengan pengeluaran ASI antara kelompok ibu yang mendapat pijat oksitosin dengan ibu yang tidak dipijat oksitosin. Dari hasil OR (95% CI) , diperoleh angka sebesar 3.552 (1.217-12.128) yang bermakna bahwa ibu postpartum normal yang mendapat pijat oksitosin berpeluang memiliki pengeluaran ASI yang lancar sebanyak 3.552 kali dibandingkan ibu post partum yang tidak dipijat oksitosin. Selain itu hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Azizah dan Yulinda (2016), tentang Pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran asi pada ibu postpartum di BPM Pipin Heriyanti Yogyakarta tahun 2016, hasil penelitiannya menunjukkan pijat oksitosin dapat mempengaruhi pengeluaran ASI pada ibu post partum dengan *p-value* 0,012.

Sesuai dengan teori yang mengatakan pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI, mengurangi bengkak, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, terutama pada hari-hari pertama kelahiran dimana ASI secara bertahap akan dihasilkan dan dikeluarkan 10-100 ml. Berdasarkan hal ini peneliti berpendapat pijat oksitosin dapat mempengaruhi pengeluaran ASI pada ibu post partum. Pijat oksitosin ini merupakan salah satu bentuk upaya atau dukungan yang dapat

dilakukan seorang tenaga kesehatan dan keluarga dalam mendukung pemberian ASI eksklusif. Sebagai tenaga kesehatan atau bidan pada pemeriksaan kehamilan sudah seharusnya mengajarkan semua ibu hamil, suami/ pendamping cara melakukan pijat oksitosin sehingga pada saat masa post partum tiba ibu dan keluarga bisa melakukannya tanpa adanya seorang bidan.

PENUTUP

A. SIMPULAN

1. Dari 18 ibu post partum yang melakukan pemijatan oksitosin mayoritas pengeluaran ASI lancar yaitu sebanyak 16 orang (86,7%) dan dari 12 ibu post partum yang tidak melakukan pijat oksitosin, 11 orang (91,7%) mengalami pengeluaran ASI yang tidak lancar.
2. Pijat Oksitosin memiliki hubungan yang bermakna dengan pengeluaran ASI pada ibu post partum di BPM Yuni Fatimah Amd.Keb, yaitu dengan nilai *p-value* adalah 0,001 ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan pijat oksitosin berhubungan dengan pengeluaran ASI pada ibu post partum

DAFTAR PUSTAKA

- Atikah, (2010). *Buku ASI dan Menyusui*. Yogyakarta.Bobak, 2008. *Buku Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC.
- Azizah&Yulinda (2016). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Postpartum di BPM Pipin Heriyanti Yogyakarta tahun 2016. *Media Ilmu Kesehatan* Vol. 6, No. 1, April 2017
- Depkes RI. (2007). *Manajemen Laktasi*. Jakarta: EGC
- Endah (2011). *Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Pengeluaran Kolostrum pada Ibu Post Partum di Ruang Kebidanan Rumah Sakit Muhammadiyah Bandung. Stikes Jenderal A. Yani Cimahi. Jurnal Kesehatan Kartika*
- Februhartanty, J (2009). *ASI dari ayah untuk ibu dan bayi*. Jakarta: Semesta Media.
- Husin, Farid. (2013). *Asuhan Kehamilan Berbasis Bukti*. Jakarta: Sagung Seto.
- Janha. (2011). *Asuhan Pada Ibu Nifas*. Jakarta.
- Marmi. (2010). *Asuhan Kebidanan pada Masa Antenatal*. Yogyakarta
- Nurhaeni, (2009). *Buku ASI dan Tumbuh Kembang Bayi*. Yogyakarta.
- Rahmawati , E (2013). Hubungan Pijat Oksitosin Dengan Pengeluaran Asi Pada Ibu postpartum hari 1-2 DI BPM HJ. NL Kota Balikpapan Tahun 2013 https://husadamahakam.files.wordpress.com/2015/12/1-jurnal-elly-u-nop-14_ok.pdf . di akses tanggal 02 januari 2016
- Rukiyah, Ai.Y. dkk. 2012. *Asuhan Kebidanan III (Nifas)*. Jakarta: Trans info media.
- Saleha, S. (2009). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Suhermi, dkk. (2009). *Perawatan Masa Nifas*. Yogyakarta: Etramaya.
- Sulistiyawati, A. (2009). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Wiji dkk. (2013). *ASI dan Panduan Ibu Menyusui*. Yogyakarta