

ARTIKEL PENELITIAN

PENGARUH IMPLEMENTASI PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA IBU NIFAS DI KLINIK “S” SIMPANG MARBAU

Yuka Oktafirmanda^{1*}, Utary Dwi Listiarini², Winda Agustina³

^{1,2,3}Dosen Kebidanan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

*yukaoktafirmada@helvetia.ac.id

Abstrak

Pendahuluan: ASI merupakan makanan pertama, utama dan terbaik bagi bayinya yang bersifat alamiah. Terkait itu, ada hal yang disayangkan yakni, rendahnya pemahaman ibu, keluarga dan masyarakat mengenai pentingnya ASI bagi bayi dan pijat oksitosin sebagai upaya pemerintah untuk membantu proses kelancaran Pengeluaran Asi. **Tujuan :** Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Implementasi Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas di Klinik SSimpang Marbau Labuhanbatu Utara Tahun 2018. **Metode:** Jenis Penelitian ini adalah *Quasi Experiment* dengan *Posttest Only design with Control group*. Lokasi Penelitian di Klinik ‘S’ Simpang Marbau Kabupaten Labuhanbatu Utara. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 30 orang dan sampel sebanyak 20 orang. Data di analisis dengan menggunakan uji *T*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji statistik dengan menggunakan uji *T*, diperoleh hasil perhitungan $p \text{ value} = 0,000 < \alpha = 0,005$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. **Kesimpulan:** Ada Pengaruh Implementasi Pijat Oksitosin terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas di Klinik “S” Marbau Kecamatan Labuhanbatu Utara Tahun 2018. Saran bagi tenaga kesehatan setempat untuk gencar dalam melakukan konseling laktasi serta memberikan penyuluhan tentang pijat oksitosin agar cakupan ASI Eksklusif terus meningkat.

Kata Kunci : Pijat Oksitosin, Pengeluaran Asi, Ibu Nifas

The Implementation Effect Of Oxytocin Massage On The Expenditure Breastfeeding On Maternal Post Partum In “S” Clinic Simpang Marbau

Abstract

Background: Breast Milk (ASI) is a natural nutrient that is best for milk sixth then the need for energy is needed during the period of the baby's life. A person often experiences problems in the supply of exclusive breastfeeding; one of the reasons for breastfeeding is that the baby is not pregnant. **Objective :** This study aims to find out The Implementation Effect Of Oxytocin Massage On The Expenditure Breastfeeding On Maternal In S Clinic Simpang Marbau . **Method:** This type of research is *Quasiment Experiment with Posttest Only design with Control group*. The population in the whole sample population is 30 people, with a number of 20 people with four-for-40 samples consisting of groups of patients and groups of samples taking accidental sampling using the trial and registration records, using data from the variariat and bivariate by testing the paired sample *T* test. **Results:** The results of the study showed that the results of the massage of oxytocin were carried out more in the expenditure compared to the group of contraceptives with less than 10 ml with histopathology using the paired sample *T* test, the results of the calculation $p \text{ value} = .000 < \alpha = .005$, then H_0 was rejected and H_a was accepted. **Conclusion:** The conclusions of this study affect the effect of the toxicity of interdependence on hypnosis. It is recommended that health workers be able to improve the knowledge of people about good expenditure and carry out tests on massage for oxytocin.

Keywords: Oxytocin Massage, Expenditures Breastfeeding, Postpartum Maternal.

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi alamiah terbaik bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Seorang ibu sering mengalami masalah dalam pemberian ASI eksklusif, salah satu kendala utamanya yakni produksi ASI yang tidak lancar pada hari pertama melahirkan bayi. Hal inilah salah satu faktor penyebab rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif kepada bayi baru lahir. Pemberian ASI pada masa-masa awal sangat dianjurkan karena memberikan manfaat kesehatan untuk ibu dan bayi salah satu manfaatnya yaitu untuk menjaga system kekebalan tubuh bayi dan dapat mencegah terjadinya perdarahan membantu mempercepat proses kembalinya rahim ke posisi semula.

Menurut Data dari *World Health Organization* (WHO) Tahun 2014 menunjukkan ada 170 juta anak mengalami gizi kurang di seluruh dunia. Sebanyak 3 juta anak di antaranya meninggal tiap tahun akibat kurang gizi. Angka kematian bayi yang cukup tinggi di dunia, sebenarnya dapat dihindari dengan pemberian Air Susu Ibu (ASI) terutama kolostrum. WHO telah merekomendasikan kepada semua bayi untuk mendapatkan kolostrum yaitu ASI pada hari pertama dan kedua untuk melawan berbagai infeksi dan mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan (1).

Pencapaian ASI eksklusif di Indonesia belum mencapai angka yang diharapkan yaitu sebesar 80%. Berdasarkan profil Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara pada Tahun 2016 didapatkan hasil bahwa cakupan presentase bayi yang diberi ASI eksklusif dari tahun 2011-2015 cenderung menunjukkan peningkatan, cakupan pada Tahun 2015 mengalami peningkatan yang cukup signifikan sebesar 10% dibandingkan dengan tahun 2014 dan setelah mencapai target nasional yaitu 40%. Namun ditahun 2016 terjadi penurunan yang tajam dibandingkan tahun 2015 dan tidak mencapai target nasional < dari 40%. Kabupaten dengan pencapaian lebih kurang 40% untuk kabupaten yaitu Labuhanbatu Utara (97.90%).

Samosir (94.8%). Humbang Hasundutan (84.0%). Simalungun (60.6%). Dairi (55.7%). Pakpak Bharat (50.5%). Deli Serdang (47.1%). Asahan (43.6%). Labuhanbatu (40.9%). Dan Untuk Kota Yaitu Gunung Sitoli (84,5%). Sibolga (46.7%). Daerah dengan pencapaian <10% yaitu Kota Medan (6.7%), Tebing Tinggi (7.4%) (2).

Berdasarkan profil Dinas Kesehatan Kota Medan Tahun 2016 dari 39 Puskesmas yang ada di Medan terdapat 743 (32.1%) bayi laki laki yang diberi ASI eksklusif dan terdapat 846 (30,0%) bayi perempuan yang diberikan ASI eksklusif, jumlah bayi laki laki dan perempuan yang mendapatkan ASI eksklusif 1,589 (30.9%) (3).

Faktor yang mempengaruhi kegagalan ASI yang pertama adalah karena kurangnya pengetahuan ibu tentang ASI Eksklusif (32%) yaitu ibu-ibu menghentikan pemberian ASI karena produksi ASI kurang. Sebenarnya hal ini tidak disebabkan karena ibu tidak memproduksi ASI yang cukup melainkan karena kurangnya pengetahuan ibu, kedua disebabkan oleh ibu bekerja (28%) yaitu ibu-ibu menghentikan pemberian ASI Eksklusif karena harus kembali bekerja, ketiga disebabkan oleh gencarnya promosi susu formula (16%), dimana ibu-ibu menghentikan pemberian ASI karena pengaruh iklan susu formula. Sedangkan lainnya disebabkan oleh faktor sosial budaya (24%) yang meliputi nilai-nilai dan kebiasaan masyarakat yang menghambat keberhasilan ibu dalam pemberian ASI Eksklusif. Faktor dukungan dari tenaga kesehatan (24%) dimana kegagalan pemberian ASI Eksklusif disebabkan kurangnya dukungan dari tenaga kesehatan yang dianggap paling bertanggung jawab dalam keberhasilan penggalakan ASI dan yang terakhir adalah faktor dari keluarga (24%) dimana ibu banyak yang gagal memberikan ASI Eksklusif karena orang tua, nenek atau ibu mertua mendesak untuk memberikan susu tambahan formula (4)

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif dapat mempercepat penurunan angka kematian bayi dan sekaligus meningkatkan

status gizi balita yang pada akhirnya akan meningkatkan status gizi masyarakat menuju tercapainya kualitas sumber daya manusia yang memadai (5). Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidاكلancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) dan merupakan usaha untuk merangsang hormon oksitosin (6).

Pengeluaran ASI merupakan suatu proses pelepasan hormon oksitosin untuk mengalirkan air susu yang sudah diproduksi melalui saluran dalam payudara (7). Pada sebagian ibu pengeluaran ASI bisa terjadi dari masa kehamilan dan sebagian terjadi setelah persalinan. Permasalahan pengeluaran ASI dini ini memberikan dampak buruk untuk kehidupan bayi. Padahal justru nilai gizi ASI tertinggi ada di hari-hari pertama kehidupan bayi, yakni kolostrum. Penggunaan susu formula merupakan alternatif yang dianggap paling tepat untuk mengganti ASI penurunan produksi ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan kurangnya rangsangan hormone prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI. Usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan selain dengan memeras ASI bisa dilakukan dengan melakukan perawatan atau pemijatan payudara, membersihkan puting, sering-sering menyusui bayi meskipun ASI belum keluar, menyusui dini dan teratur serta pijatan oksitosin. Pada sebagian ibu mungkin saja terjadi kesulitan pengeluaran ASI, namun lebih banyak ibu yang terpengaruh mitos sehingga ibu tidak yakin bisa memberikan ASI pada bayinya. Perasaan ibu yang tidak yakin bisa memberikan ASI pada bayinya akan menyebabkan penurunan hormone oksitosin sehingga ASI tidak dapat keluar segera setelah melahirkan dan akhirnya ibu memutuskan untuk memberikan susu formula pada bayinya (8).

Hormon oksitosin akan keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui isapan mulut bayi atau melalui pijatan pada tulang belakang ibu bayi, dengan dilakukan pijatan pada tulang belakang ibu merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar. Selain untuk merangsang *refleks let down* manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (9).

Faktor-faktor yang meningkatkan refleks let down adalah : melihat bayi, mendengarkan suara bayi, mencium bayi, memikirkan untuk menyusui bayi, memijat tulang belakang (pijat oksitosin). Sedangkan faktor-faktor yang menghambat refleks let down adalah stress seperti : keadaan bingung atau pikiran kacau, takut dan cemas (10).

Karena refleks let down tidak sempurna maka bayi yang haus jadi tidak puas. Ketidakpuasan ini akan menjadi tambah stress bagi ibunya. Bila ada stress dari ibu yang menyusui maka akan terjadi suatu *blockade* dari *refleks let down*, ini disebabkan oleh karena adanya pelepasan dari adrenalin epineprin yang menyebabkan vasokonstriksi dari pembuluh darah *alveoli*, sehingga oksitosin sedikit harapannya untuk dapat mencapai target organ miopithelium. Akibat dari tidak sempurnanya *refleks let down* maka akan terjadi penumpukan air susu di dalam *alveoli* yang secara klinis tampak payudara membesar. Payudara yang membesar akan berakibat abses, gagal untuk menyusui dan rasa sakit. Rasa sakit ini akan merupakan stress lagi bagi seorang ibu sehingga stress akan bertambah (10).

Penelitian yang dilakukan Endang (2015) di Surakarta tentang pijat oksitosin pada ibu postpartum terhadap produksi ASI didapatkan hasil bahwa ada peningkatan produksi ASI pada kelompok intervensi yang dilaksanakan dengan skala nominal.(11)

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidak lancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) dari tulang leher yang menonjol (*processus spinosus*) sampai tulang costae kelima-keenam melebar ke scapula yang akan mempercepat kerja syaraf parasimpatis untuk menyampaikan perintah ke otak sehingga pengeluaran hormon oksitosin meningkat dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijatan ini berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun otomatis keluar.(12)

Cara kerja pijat oksitosin dalam mempengaruhi pengeluaran kolostrum adalah dengan memberikan pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) dari tulang leher yang menonjol (*processus spinosus*) sampai costa 5-6, sehingga meningkatkan rangsangan *hipofise posterior* untuk mengeluarkan hormon oksitosin, oksitosin selanjutnya akan merangsang kontraksi sel *mioepitel* di payudara untuk penyemprotan air susu. Rangsangan ini kemudian dilanjutkan ke hipotalamus melalui medulla spinalis, sehingga hipotalamus akan menekan pengeluaran faktor yang menghambat sekresi prolaktin dan sebaliknya merangsang pengeluaran faktor yang memicu sekresi prolaktin, selanjutnya akan merangsang hipofise anterior sehingga keluar prolaktin dan selanjutnya hormon prolaktin akan merangsang sel-sel alveoli yang berfungsi untuk membuat air susu.(13)

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan peneliti dengan wawancara di Klinik S Simpang Marbau Kabupaten Labuhanbatu Utara, pada bulan Juli Tahun 2018 didapatkan data ibu post partum sebanyak 6 orang, 2 orang ibu post partum jarang memberika asi kepada bayinya, karena bayi diberika susu formula. 4 orang yang ASI nya tidak lancar setelah melahirkan karena ASI tidak segera keluar pasca persalinan. Ibu tidak mengetahui apa itu Pijat oksitosin dan untuk itu memberitahu ibu tentang apa itu pijat oksitosin, manfaat dari

pijat oksitosi agar ibu paham dan mengerti tentang pijat oksitosin dapat berpengaruh pada pengeluaran asi. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Asi pada Ibu Post Partum di Klinik S Simpang Marbau Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2018” untuk melihat apakah ada pengaruhnya pijat oksitosin dengan kelancaran pengeluaran ASI.

Tujuan penelitian untuk mengetahui Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Asi pada Ibu Post Partum di Klinik S Simpang Marbau Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2018.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*Quasi Experimen*) dengan rancangan yang digunakan adalah *Posttest Only design with Control group*.

Lokasi Penelitian ini dilakukan di Klinik S Simpang Marbau Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2018 dan waktu penelitian ini dilakukan pada bulan Juli-September 2018

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang bersalin di klinik S Simpang Marbau Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2018 dengan rata-rata bersalin setiap bulanya sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *accidental sampling*. Jumlah sample sebanyak 20 responden, 10 yang diberikan intervensi (Pijat oksitosi) dan 10 yang tidak diberikan intervensi (kelompok kontrol) Dalam penelitian ini yang menjadi sampel adalah ibu nifas hari ke 4 – 40.

Analisis data menggunakan analisis univariat analisis bivariat dengan uji statistik ini menggunakan *Uji Paired Sampel T Test* dengan persyaratan uji normalitas data. Tingkat kepercayaan yang digunakan adalah 95% dengan tingkat kemaknaan $\alpha(\alpha) = 0,05$.

HASIL

Karakteristik Responden : Hasil tabel 1 Menunjukkan bahwa umur dari 20 responden penelitian adalah yang berusia <25 tahun yang berjumlah 8 orang (40%), dan berusia 25-35

tahun yang berjumlah 12 orang (60%). Pendidikan menunjukkan bahwa dari 20 responden penelitian adalah yang berpendidikan Dasar berjumlah 18 orang (90%) dan berpendidikan Tinggi berjumlah 2 orang (10%).

Pekerjaan menunjukkan bahwa dari 20 responden penelitian adalah yang pekerjaannya sebagai IRT berjumlah 19 orang (95%), dan pekerjaannya sebagai Guru yang berjumlah 1 orang (5%).

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan dan Pekerjaan

Karakteristik	f	%
Umur		
< 25 tahun	8	40
26-35 tahun	12	60
Pendidikan		
Pendidikan Dasar	18	90
Pendidikan Tinggi	2	10
Pekerjaan		
IRT	19	95
Guru	1	5

Analisis Univariat : Hasil tabel 2. Menunjukkan bahwa produksi ASI pada kelompok intervensi didapatkan hasil rata-rata (mean) 20,80 dengan standar deviasi sebesar 2,936 dengan jumlah ASI yang terendah 15 ml dan jumlah ASI yang tertinggi 25 ml dan

produksi ASI pada kelompok pada control menunjukkan nilai rata-rata (mean) adalah 14,00 dengan standar deviasi sebesar 3,162 dengan jumlah ASI yang terendah 10 ml dan jumlah ASI yang tertinggi 20 ml.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Rata-rata Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas yang diberikan dan tidak diberikan Pijat Oksitosin

Variabel	Mean	Standar Deviasi	Min-Max
Intervensi	20,80	2,936	15-25
Control	14,00	3,162	10-25

Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov Z : Hasil tabel 3. Menunjukkan uji kenormalan Kolmogorov-Smirnov Z data diatas maka dapat disimpulkan bahwa kelompok intervensi didapatkan nilai p hitung hasil uji normalitas

0,244 yang mana lebih besar dari 0,05 artinya data berdistribusi secara normal, sedangkan pada kelompok control didapatkan 0,301 yang mana nilainya lebih besar dari 0,05 artinya kelompok control terdistribusi normal.

Tabel 3. Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov Z Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas

Kelompok	Kolmogorov-Smirnov Z		
	Statistic	Df	Sig.
Intervensi	1,025	20	0,244
Control	0,972	20	0,301

Analisis Bivariat : Hasil tabel 4. Menunjukkan bahwa nilai rata-rata produksi

ASI pada kelompok intervensi dan control dengan nilai p-value 0,000, dengan demikian

nilai *p* lebih kecil dari 0,05 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, dan melalui hasil yang telah diperoleh dapat diartikan bahwa ada perbedaan waktu pengeluaran ASI antara ibu nifas yang

diberikan pijat oksitosin pada ibu post partum dan pada ibu postpartum yang tidak diberikan pijat oksitosin.

Tabel 4. Perbedaan ASI yang Keluar pada Kelompok Perlakuan Pijat Oksitosin dan Kelompok Kontrol pada Ibu Nifas

Produksi ASI	Mean	T	P value
Intervensi	20,80	-6.025	0,000
Control	14,00		

PEMBAHASAN

Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas : Berdasarkan tabel menunjukkan bahwa produksi ASI pada kelompok intervensi didapatkan hasil rata-rata (mean) 20,80 dengan standar deviasi sebesar 2,936 dengan jumlah ASI yang terendah 15 ml dan jumlah ASI yang tertinggi 25 ml, nilai rata-rata pengeluaran ASI pada kelompok intervensi dan kontrol dengan nilai *p-value* 0,000, dengan demikian nilai *p* lebih kecil dari 0,05 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima,

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Wijayanti yang berjudul “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta Tahun 2014” bahwa hasil penelitian menunjukkan produksi ASI pada ibu postpartum yang tidak diberikan intervensi pijat oksitosin dari 15 responden yang mempunyai ASI cukup sebanyak 11 responden (73,3%) dan responden yang produksi ASI nya tidak cukup sebanyak 4 responden (26,7%). Hasil uji menggunakan *Chi-Square* diperoleh *p value*= 0,032 (*p value* < 0,05) artinya ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta Tahun 2014.(15)

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Delima yang berjudul “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Menyusui Di Puskesmas Plus Mandiangan Tahun 2016” bahwa jumlah sampel penelitian sebanyak 21 responden dan hasil penelitian rata-rata produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin sebesar 7,05 dan

standar deviasi 0,740 dan rata-rata produksi ASI setelah pijat oksitosin sebesar 9,00 dan standar deviasi 1,183. Sedangkan perbedaan produksi ASI antara pengukuran pre dan pengukuran post didapatkan rata-rata -1,952 dengan standar deviasi 1,161. Hasil uji statistik didapatkan *p-value* sebesar 0,000 maka dapat disimpulkan ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI, karena ada perbedaan yang signifikan antara produksi ASI dan sesudah perlakuan (11).

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidاكلancaran produk ASI. Pijat oksitosin pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan (16).

Oksitosin terbentuk lebih cepat dibandingkan prolaktin. Kondisi ini yang menyebabkan ASI di payudara mengalir untuk dihisap. Oksitosin mulai bekerja saat ibu sudah merasa ingin menyusui, walupun si kecil belum menghisap payudara (17). Oksitosin juga berperan penting dalam membuat uterus berkontraksi setelah persalinan, sehingga membantu mengurangi pendarahan yang terjadi pada ibu, walaupun terkadang mengakibatkan rasa nyeri (18).

Menurut teori Anik Puji rahayu (2016) Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi yang tepat untuk mempercepat dan memperlancar produksi dan pengeluaran ASI yaitu dengan pemijatan sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima atau keenam. Pijat ini akan memberikan rasa

nyaman dan rileks pada ibu setelah mengalami proses persalinan sehingga tidak menghambat sekresi hormone prolaktin dan oksitosin (19)

Bayi minum ASI tiap 2-3 jam atau dalam 24 jam minimal mendapatkan ASI 8 kali pada 2-3 minggu pertama. Kotoran berwarna kuning dengan frekuensi sering dan warna menjadi lebih muda pada hari kelima setelah lahir. Bayi akan buang air kecil (BAK) paling tidak 6 – 8 kali sehari. Ibu dapat mendengarkan pada saat bayi menelan ASI. Payudara terasa lebih lembek, yang menandakan ASI telah habis. Warna bayi merah (tidak kuning) dan kulit terasa gatal. Pertumbuhan berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) bayi sesuai dengan grafik pertumbuhan. Perkembangan motorik baik (bayi aktif dan motoriknya sesuai dengan rentang usianya). Bayi kelihatan puas, sewaktu-waktu saat lapar akan bangun dan tidur dengan cukup bayi menyusu dengan kuat (rakus), kemudian melemah dan tertidur pulas. (20)

ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi. ASI adalah sebuah cairan tanpa tanding ciptaan Allah untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi dan melindunginya dalam melawan kemungkinan serangan penyakit (21). ASI Susu Ibu adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam anorganik disekresikan oleh kelenjar mammae ibu. Susu yang diproduksi oleh manusia untuk di konsumsi bayi merupakan sumber gizi utama bayi yang belum dapat mencerna makanan padat. ASI juga sangat kaya akan sari-sari makanan yang mempercepat pertumbuhan sel-sel otak dan perkembangan sistem saraf. (22)

Menurut penelitian Isnaini (2015), Hubungan Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Raja Basa Indah Bandar Lampung Tahun 2015, pengeluaran ASI merupakan suatu proses pelepasan hormon oksitosin untuk mengalirkan air susu yang sudah diproduksi melalui saluran dalam payudara. Pada sebagian ibu pengeluaran ASI bisa terjadi dari masa kehamilan dan sebagian terjadi setelah persalinan. Permasalahan pengeluaran ASI ini memberikan dampak buruk untuk kehidupan

bayi. Padahal justru nilai gizi ASI tertinggi ada di hari-hari pertama kehidupan bayi, yakni kolostrum. Penggunaan susu formula merupakan alternatif yang dianggap paling tepat untuk mengganti ASI penurunan produksi ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan kurangnya rangsangan hormone prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI. Menurut Penelitian Endah dan Mardinsah (2017), Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Post Partum di Ruang Kebidanan Rumah Sakit Muhammadiyah Bandung Tahun 2017, pijat oksitosin adalah pijat ASI yang sering dilakukan dalam rangka meningkatkan ketidاكلancaran produksi ASI. Pijat oksitosin ini dilakukan dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang sehingga diharapkan dengan dilakukan pemijatan ini, ibu akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan hilang. Jika ibu rileks dan tidak kelelahan setelah melahirkan dapat membantu merangsang pengeluaran hormon oksitosin. Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang refleksi oksitosin atau refleksi let down. Selain untuk merangsang let down manfaat pijat oksitosin adalah untuk memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak (engorgement), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit. Oksitosin terbentuk lebih cepat dibandingkan prolaktin. Kondisi ini yang menyebabkan ASI di payudara mengalir untuk dihisap. Oksitosin mulai bekerja saat ibu sudah merasa ingin menyusui, walaupun si kecil belum menghisap payudara. Oksitosin juga berperan penting dalam membuat uterus berkontraksi setelah persalinan, sehingga membantu mengurangi pendarahan yang terjadi pada ibu, walaupun terkadang mengakibatkan rasa nyeri. Si kecil akan mengalami kesulitan untuk mendapatkan ASI jika refleksi oksitosin tidak bekerja dengan baik. Payudara seolah-olah berhenti

memproduksi ASI, padahal payudara tetap memproduksi ASI. ASI tidak mengalir keluar.

Menurut asumsi peneliti kurangnya pengeluaran ASI dapat disebabkan karena kurangnya rangsangan hormone proklatin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI, faktor lain yang mempengaruhi produksi ASI seperti isapan bayi yang tidak sempurna atau putting susu ibu yang sangat kecil akan membuat produksi hormone oksitosin dan hormon proklatin terus menurun dan ASI akan berhenti. Selain itu produksi ASI sangat dipengaruhi oleh faktor kejiwaan, ibu yang selalu dalam keadaan tertekan, sedih, kurang diri dan berbagai bentuk ketegangan emosional akan menurunkan volume ASI bahkan tidak akan terjadi produksi ASI. Untuk memproduksi ASI yang baik harus dalam keadaan tenang. Faktor umur juga akan mempengaruhi produksi ASI karena semakin tua umur seseorang akan mempengaruhi produksi hormon prolaktin dan oksitosin ibu menyusui. Dengan diberikan pijat oksitosin akan lebih memperlancar produksi ASI pada ibu menyusui dan juga memberikan kenyamanan pada ibu. Secara fisiologis hal tersebut merangsang refleks oksitosin atau reflek *let down* untuk mensekresi hormone oksitosin kedalam darah. Oksitosin ini menyebabkan sel-sel miopitelium di sekitar alveoli berkontraksi dan membuat ASI mengalir dari Alveoli ke duktuli menuju sinus dan putting kemudian dihisap oleh bayi. Semakin lancar pengeluaran ASI semakin banyak pula produksi ASI

KESIMPULAN

Pijat Oksitosin Berpengaruh Terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum di Klinik S Simpang Marbau Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2018.

SARAN

Diharapkan kepada ibu Klinik Hj Samsidar agar dapat dijadikan bahan masukan bagi tempat tentang pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI, serta sebagai

informasi dasar penelitian selanjutnya dibidang pelayanan kesehatan dan dapat dijadikan sebagai dasar referensi bagi peneliti lanjutan yang lebih rinci khususnya mengenai pengaruh oksitosin terhadap pengeluaran produksi ASI.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih peneliti ucapkan kepada ibu Klinik “S” yang telah memberikan izin serta sarana dan prasarana selama pelaksanaan penelitian, sehingga penelitian berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Maryunani A. Inisiasi Menyusui Dini Asi Eksklusif Dan Manajemen Laktasi. Jl. Man 6 No 74 Kramat Jati Jakaerta Timur: Penerbit Buku Kesehatan;
2. Yulianti F. Hubungan Antara Karakteristik, Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Siantan Hulu Kecamatan Pontianak Utara Tahun 2014. J Mhs Pspd Fk Univ Tanjungpura. 2014;1(1).
3. Siallagan Y, Mutiara E, Yusad Y. Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi (0-6 Bulan) Di Kelurahan Bantan Kecamatan Medan Tembung Tahun 2013. 2013.
4. Sihombing S. Hubungan Pekerjaan Dan Pendidikan Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Hinai Kiri Tahun 2017 Jurnal Bidan “ Midwife Journal ” Volume 5 No . 01 , Jan 2018 Pissn 2477-3441 Eissn 2477-345x Pendahuluan. 2018;5(1):40–5.
5. Khamzah S. Segudang Keajaiban Asi. Jakarta: Buku Kita; 2015.
6. Muchtady D. Gizi Untuk Bayi, Asi, Susu Formula, Dan Makanan Tambahan. Pustaka Sinar Harapan, Editor. Jakarta; 2013.
7. Wiji R. Asi Dan Panduan Ibu Menyusui. Yogyakarta: Nuha Medika; 2015.
8. Isnaini N, Diyanti R. Hubungan Pijat

- Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran Asi di Wilayah Kerja Puskesmas Raja Basa Indah Bandar Lampung Tahun 2015. *Jurnal Kebidanan Malahayati*. 2015;1(2).
9. Prasetyono D. *Buku Pintar Asi Eksklusif*. Yogyakarta: Diva; 2013.
 10. Endah Sn, Masdinarsah I. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Post Partum Di Ruang Kebidanan Rumah Sakit Muhammadiyah Bandung Tahun 2011. 2017 Sep;7-8.
 11. Delima M, Arni G, Rosya E. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui Di Puskesmas Plus Mandiangin. 2016. 9:282-93.
 12. Zamzara Rf, Ernawati D, Susanti Ari. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Waktu Pengeluaran Kolostrum Ibu Post Partum Sectio Caesaria.
 14. Muhammad I. *Panduan Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Bidang Kesehatan Menggunakan Metode Ilmiah Hal 92-98*. Bandung: Citapustaka Media Perintis; 2016.
 15. Wijayanti L. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta Tahun 2014. 2014.
 16. Handayani T. Pemberian Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Asuhan Keperawatan Ny.E Dengan Post Partum Sectio Caesarea Atas Indikasi Ketuban Pecah Dini (Kpd) Di Ruang Mawar I Rsud Dr. Moewardi Surakarta Tahun 2014. :4.
 17. Pranajaya R, Rudiyaniti N. Determinan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui. *J Keperawatan*. 2013;Ix(2):227-37.
 18. Asih Y, Risneni H. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Jakarta: Trans Info Media; 2016.
 19. Rahayu Ap. *Panduan Praktikum Keperawatan Maternitas*. Deepublish; 2016.
 20. Dewi V, Sunarsih T. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika;
 21. Pollard M. *Asi Asuhan Berbasis Bukti*. Jakarta: Egc; 2016.
 22. Mulyani NS. *Asi dan panduan ibu menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika. 2013:1-31.