

***Literature Review* : Terapi Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Post Partum**

Yanuar Sultan Pramana^{1*}, Isyti'aroh²

^{1,2} Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

*email: fikes.umpp@gmail.com

Abstract

One way to increase milk production is by doing oxytocin massage. This scientific paper aims to find out the description of oxytocin massage therapy to increase breast milk in postpartum mothers. It is a literature review with 3 articles taken from google scholar. Oxytocin massage, postpartum, and breast milk are the keywords. All are full-text, the first article published in 2016, the second one was in 2019, and the latter was in 2020. The result shows before applying the therapy, the average value of milk breast production was 10.02 ml, and it was 17.2 after applying the therapy with difference of the production was 7.18 ml. It means there was an increasing in producing breast milk. Therefore, nurses are suggested to apply this therapy on postpartum mothers.

Keywords: oxytocin massage, postpartum, breast milk producing

Abstrak

Salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI yaitu pijat oksitosin. Tujuan karya tulis ilmiah ini yaitu mengetahui gambaran terapi pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum. Berdasarkan literature review Metode dalam karya tulis ilmiah ini adalah literature review dengan subyek literature review yang digunakan yaitu 3 artikel yang diambil dari laman jurnal google scholar dengan kata kunci "pijat oksitosin", "post partum" dan "produksi ASI". Berupa fulltext dan pada artikel pertama terbit pada tahun 2016, artikel kedua 2019 dan artikel ketiga tahun 2020. Hasil dari ketiga artikel menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pijat oksitosin terdapat nilai rata-rata produksi ASI 10,02 ml dan setelah dilakukan pijat oksitosin didapatkan bahwa terdapat nilai rata-rata produksi ASI 17,2 ml dengan perbedaan produksi ASI 7,18 ml sehingga terdapat adanya peningkatan produksi ASI. Simpulannya adalah terapi pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum. Saran untuk tenaga kesehatan diharapkan dapat menerapkan terapi pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum.

Kata kunci: pijat oksitosin, post partum, produksi ASI

1. Pendahuluan

ASI merupakan kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan bermanfaat untuk membunuh kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi resiko kematian pada bayi. kolostrum berwarna kekuningan dihasilkan pada hari pertama sampai dengan hari ketiga, hari keempat sampai hari kesepuluh ASI mengandung immunoglobulin, protein, dan laktosa lebih sedikit dibandingkan kolostrum tetapi lemak dan kalornya lebih tinggi dengan warna susu yang lebih putih. Selain mengandung zat makanan, ASI juga mengandung enzim tertentu yang

berfungsi sebagai zat penyerap yang tidak akan mengganggu enzim lain di usus. Susu formula tidak mengandung enzim tersebut sehingga penyerapan makanan sepenuhnya bergantung pada enzim yang terdapat di usus bayi (Kemenkes, 2019).

Pemberian ASI eksklusif mempunyai pengaruh penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi (Prasetyono, 2012). ASI memberikan semua energi dan gizi (nutrisi) yang dibutuhkan oleh bayi selama enam bulan pertama setelah kelahirannya. Pemberian ASI tanpa tambahan cairan dan diberikan selama enam bulan penuh dapat menurunkan angka kematian bayi baru lahir. Tidak semua ibu mampu memberikan ASI secara eksklusif dengan alasan ASI nya tidak keluar atau hanya keluar sedikit sehingga tidak dapat memenuhi kebutuhan gizi bayinya, hal tersebut dapat menjadi pemicu naiknya angka kematian bayi.

Data profil kesehatan Indonesia tahun 2019, cakupan Bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2019 ialah sebesar 67,74%. Angka tersebut telah melampaui target renstra tahun 2019 ialah 50%. Persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan di Jawa Tengah pada tahun 2019 sebesar 66,0% sedikit meningkat jika dibandingkan presentase pemberian ASI eksklusif pada tahun 2018 ialah 65,6% (Kemenkes, 2019). Presentasi pemberian ASI eksklusif di kota Pekalongan pada tahun 2016 sebesar 86,72% meningkat bila dibandingkan tahun 2015 yaitu 79,18% dengan presentase tertinggi di Puskesmas Pekalongan Selatan.

Faktor yang mempengaruhi kegagalan pemberian ASI antara lain disebabkan kurangnya pengetahuan Ibu tentang ASI, ibu menghentikan pemberian ASI karena produksi ASI yang kurang. Kegagalan pemberian ASI juga disebabkan Gencarnya promosi susu formula, dukungan petugas kesehatan dan faktor keluarga yang mendesak untuk ibu memberikan susu tambahan (Prasetyono, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Pilaria dan Sopiatus (2017) penyebab rendahnya pemberian ASI eksklusif di Indonesia salah satunya adalah penurunan produksi ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan yang disebabkan kurangnya rangsangan hormon oksitosin dan prolaktin yang berperan dalam kelancaran produksi ASI. Dibutuhkan upaya tindakan alternatif berupa pijat oksitosin untuk membantu pengeluaran ASI. Pijat Oksitosin merupakan salah satu pemijatan sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima atau keenam. Menurut Hidayati (2016) di Kota Pekalongan sendiri dalam pelaksanaannya pijat oksitosin belum ada program wajib yang mengikat dari Dinas Kesehatan, namun sudah disosialisasikan dalam kelas ibu hamil sehingga pengetahuan yang diterima masyarakat belum merata (ada yang sudah melaksanakan dan ada yang belum melaksanakan pijat oksitosin). Dari permasalahan tersebut maka penulis tertarik untuk membuat karya tulis ilmiah tentang terapi pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum.

2. Metode

Karya tulis ilmiah ini menggunakan rancangan literature review. Literature review adalah metode penulisan ilmiah dengan menggunakan cara mengkompilasi, mengklasifikasi, dan mengevaluasi apa yang telah ditulis oleh peneliti lain pada topik

tertentu. Dengan mencari jurnal melalui google scholar dengan menggunakan kata kunci "pijat oksitosin", "post partum" dan "produksi ASI" berupa fulltext ditemukan 5 artikel kemudian diseleksi dengan melihat jenis penelitiannya yang sama-sama menggunakan *quasy eksperiment*, dengan instrument pada artikel 1 dan 3 menggunakan total sampling, pada artikel 2 menggunakan purposive sampling dan dipaparkan struktur penulisan publikasi penelitian tersebut dan dilakukan analisis.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Analisa distribusi data demografi dari ketiga artikel terdapat 1 artikel yang mencantumkan data demografi yaitu pada artikel ke 2.

Tabel 4.1 Karakteristik Responden pada artikel ke 2

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Data demografi	(f)	(%)
Umur		
	11	61,1
Dewasa tengah	7	38,9
Pendidikan		
Rendah	5	27,8
Menengah	8	44,4
Tinggi	5	27,8
Pekerjaan		
Swasta	5	27,8
IRT	13	72,2
Riwayat kehamilan		
Primigravida	7	38,9
Multigravida	11	61,1
Jumlah paritas		
Anak ke 1	8	44,4
Anak ke 2	7	38,9
Anak ke 4	1	5,6
Anak ke 7	2	11,1
Riwayat persalinan		
Normal	15	83,3
Sectio caesarea	3	16,7
Berat badan lahir bayi		
2500-4000 gr	17	94,4
4000 gr	1	5,6
Taksiran persalinan		
Mei 2014	7	38,9
Juni 2014	4	22,2
Juli 2014	7	38,9
Total	18	100

Dari tabel diatas menunjukkan karakteristik responden, sebagian besar usia dewasa awal atau 18 - 30 tahun berjumlah 11 orang (61,1%), tingkat pendidikan terbanyak adalah menengah sebanyak 8 orang (44,4%), dilihat dan dipekerjakan sebagian nesar responden IRT dengan jumlah 13 orang (72,2%), untuk riwayat sejumlah 7 orang (38,9), jumlah anak terbanyak atau jumlah paritas 1 berjumlah 8 prang (44,4%), dengan riwayat persalinan secara normal sebanyak 15 orang (83,3%), sedangkan distribusi berat badan lahir normal bayi terbanyak dengan berat badan lahir 2.500 - 4.000 gram sebanyak 17 orang (94,4%), sedangkan tanggal taksiran persalinan terbanyak pada bulan Mei dan Juni masing - masing sebanyak 7 orang (38,9%).

Table 4.2 Distribusi Rata-Rata Produksi ASI pada responden sebelum dan sesudah intervensi (n=65)

Variabel	Nilai Rata-rata	
	Sebelum	Sesudah
Produksi ASI	10,02	17,2

Dari tabel produksi ASI diatas menunjukan bahwa sebelum dilakukan terapi pijat oksitosin rata-rata produksi ASI adalah 10,02 ml kemudian setelah dilakukan terapi pijat oksitosin rata-rata produksi ASI adalah 17,2 ml dengan perbedaan produksi ASI 7,18 ml, sehingga terapi pijat oksitosin yang terapkan kepada responden mengalami peningkatan yang signifikan.

Pembahasan

Berdasarkan artikel yang sudah direview bahwa adanya pengaruh terapi pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum. Hal ini sesuai penelitian Delima, Arni, dan Rosya (2016) yang dilakukan di Puskesmas Plus Mandiangin, kemudian penelitian kedua oleh Kiftia (2019) dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Darusalam Kabupaten Banda Aceh dan penelitian ketiga oleh Juwariyah, Fara, Mayasari dan Abdullah (2020) yang dilakukan di PMB Langgeng Sri Asih Kecamatan Pagelaran Kabupaten Pringsewu.

Ketiga artikel yang sudah direview mempunyai persamaan yaitu pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI, hal ini sejalan dengan Asih (2017) bahwa produksi ASI sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologis ibu menyusui. Saat ibu menyusui merasa nyaman dan relaks pengeluaran ASI dapat berlangsung dengan baik. Terdapat titik - titik yang dapat memperlancar ASI diantaranya, titik di punggung yang segaris dengan payudara.

Pijat stimulasi oksitosin untuk ibu menyusui berfungsi merangsang hormon oksitosin agar dapat memperlancar ASI dan meningkatkan kenyamanan ibu. Penelitian yang dilakukan oleh Albertinna (2015) hubungan perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI yang signifikan melalui rangsangan pemijatan dan massase pada otot - otot payudara secara langsung sehingga menyebabkan kontraksi sel - sel mioepitel

yang menyebabkan ASI keluar debfab lancar saat bayi menyusui pada ibunya. Pijat oksitosin lebih efektif karena dengan melakukan pemijatan sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae 5 - 6 Ummah (2014). Hal ini yang membuat pijat oksitosin lebih efektif adalah pemijatan dapat dilakukan oleh suami, privasi ibu lebih terjaga sehingga akan memberikan kenyamanan pada ibu, ibu merasa tenang sehingga produksi ASI lebih banyak (Albertina, 2015).

Hasil dari ketiga penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin terbukti bisa meningkatkan produksi ASI. Peningkatan produksi ASI ini disebabkan karena peningkatan kenyamanan pada ibu yang secara otomatis akan merangsang keluarnya hormon oksitosin ini.

4. Kesimpulan

Berdasarkan analisa yang dilakukan oleh penulis disimpulkan bahwa terapi pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI. Berdasarkan ketiga artikel tersebut membuktikan bahwa ibu yang produksi ASI nya tidak lancar setelah dilakukan pemijatan akan terjadi peningkatan pada produksi ASI nya.

Referensi

- [1] Albertina. (2015). *Hubungan Pijat Oksitosin dengan Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Post Partum Seksio Sesarea Hari ke 2 – 3*. Poltekkes Kemenkes Kaltim.
- [2] Asih. (2017). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas. *Jurnal Keperawatan*, Volume XII, No.2, Oktober 2017.
- [3] Delima. M, Arni. G. Z. & Rosya. E (2016). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Menyusui Di Puskesmas Plus Mendiangan. *Jurnal Ipteks Terapan, Research of applied science and education* V9.i4 (282293).
- [4] Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2019). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*. Semarang: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah.
- [5] Hidayati, Supriyo, Baequny. (2016). Gambaran pelaksanaan pijat oksitosin oleh bidan praktik mandiri di kota pekalongan. *Pena Jurnal Ilmu Pengetahuan dan Teknologi*. 30(1), 69-74
- [6] Kementrian Kesehatan RI (2019). *Profil kesehatan Indonesia 2018*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- [7] Pilaria, E., & Sopiatus R. (2017). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Pejeruk Kota Mataram Tahun 2017. *Jurnal Kedokteran Yasri* 26(1) : 027-033 (2018).
- [8] Prasetyono. (2012). *Buku Pintar ASI Eksklusif*. Yogyakarta: Devi Pres