

## PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM DI RSIA MURNI TEGUH ROSIVA MEDAN

Rosalin Novalina Sipayung<sup>1</sup>, Mhd. Taufik Daniel Hasibuan<sup>2,\*</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Universitas Murni Teguh

\*Koresponding: aniel.jibril@gmail.com

### ABSTRACT

*Breast milk is the best food for babies, containing complete nutrition and easily digested by the baby's stomach. However, some postpartum mothers cannot provide breast milk to their babies, one of the causes is due to low or irregular breast milk production. Oxytocin massage is thought to increase breast milk production in postpartum mothers. The objective of this study is to determine the Effect of Oxytocin Massage on Increasing Breast Milk Production in Postpartum Mothers. This study method is a quantitative Quasi Experiment study with a one group pre-test-post-test design. The study was conducted at RSIA Murni Teguh Rosiva Medan. The population was 29 people with a total sampling technique. The analysis was carried out univariately and bivariately using the Paired Sample T-Test. This study showed that before oxytocin massage was performed on postpartum mothers (pretest), the majority of mothers' breast milk production was in the poor category (<22 ml) (65.5%) with an average of 20.41±3.822. After oxytocin massage (posttest), mothers' breast milk production was in the very good category (>27 ml) (55.2%) with an average of 29.76±4.111. Oxytocin massage had a significant effect on increasing breast milk production in postpartum mothers, obtained p-value = 0.000 < 0.05. It is concluded that there was a difference in breast milk production in postpartum mothers before and after oxytocin massage. It is recommended that further researchers conduct research using other techniques such as acupressure techniques, consumption of katuk leaves, and others.*

**Keywords:** Breast Milk Production, Oxytocin Massage, Post Partum

### ABSTRAK

Air susu ibu merupakan makanan terbaik untuk bayi mengandung gizi lengkap dan mudah dicerna oleh perut bayi. Namun sebagian ibu *postpartum* tidak dapat memberikan ASI pada bayinya, salah satunya penyebabnya dikarenakan produksi ASI yang sedikit atau tidak lancar. Pijat oksitosin diduga dapat meningkatkan produksi ASI ibu post partum. **Tujuan:** Untuk mengetahui Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum. Metode Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif *Quasi Experiment* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Penelitian dilakukan di RSIA Murni Teguh Rosiva Medan. Jumlah populasi sebanyak 29 orang dan menggunakan teknik *total sampling*. Analisis dilakukan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Paired Sample T-Test*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pijat oksitosin pada ibu *post partum* (*pretest*), mayoritas produksi ASI ibu dalam kategori kurang baik (< 22 ml) (65,5%) dengan rata-rata 20,41±3,822. Setelah pijat oksitosin (*posttest*), produksi ASI ibu dalam kategori sangat baik (> 27 ml) (55,2%) dengan rata-rata 29,76±4,111. Pijat oksitosin berpengaruh signifikan terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu *postpartum*, diperoleh *p-value* = 0,000 < 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan produksi ASI pada ibu *postpartum* sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin. Disarankan supaya peneliti selanjutnya menggunakan teknik lainnya seperti teknik akupresur, konsumsi daun katuk, dan lain-lain.

**Kata Kunci:** Pijat Oksitosin, Post Partum, Produksi ASI.

## PENDAHULUAN

Air susu Ibu merupakan makanan terbaik yang diberikan pada bayi dari lahir sampai usia 2 tahun, mengandung gizi lengkap dan sangat mudah dicerna oleh perut bayi yang kecil dan sensitif. ASI eksklusif diberikan pada bayi usia 0-6 bulan tanpa makanan atau cairan lain kecuali obat, vitamin dan mineral (Astutik, 2020; Hayati & Tambunan, 2025). Pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan tanpa tambahan makanan atau minuman lain memberikan zat gizi optimal yang mendukung pertumbuhan, perkembangan fisik dan kecerdasan, meningkatkan imunitas, mencegah alergi, menjamin keamanan dan kebersihan konsumsi, serta berperan dalam pencegahan stunting melalui pengaruhnya terhadap metabolisme tubuh dan pencapaian berat badan ideal. (Soviyati, 2023; Tambunan & Simatupang, 2023).

Menurut Badan Kesehatan Dunia (*World Health Organization*, WHO), lebih dari 500 juta tidak dilindungi oleh peraturan hukum terkait perlindungan ibu hamil. Hanya sekitar 20% dari total negara di dunia, yang menyediakan fasilitas untuk menyusui atau memerah ASI. Kurang dari setengah bayi yang berusia di bawah 6 bulan menerima ASI secara eksklusif (WHO, 2024). WHO telah menetapkan tujuan pada tahun 2025 bahwa setidaknya kurang dari 50% bayi baru lahir hingga enam bulan yang mendapatkan ASI eksklusif (Widyawati & Sari, 2022).

Angka pemberian ASI eksklusif di kawasan Asia Tenggara menunjukkan tingkat yang hampir seragam. Untuk memberikan perbandingan, proporsi pemberian ASI eksklusif di Myanmar adalah 24%, di Vietnam adalah 27%, di Filipina adalah 34%, dan di India mencapai 46%. Secara keseluruhan, cakupan pemberian ASI eksklusif secara global dilaporkan berada di bawah 40% (Rahimah & Prastyoningsih, 2023). Di Indonesia, pada tahun 2022, cakupan ASI

eksklusif hanya mencapai 67,96%, yang menunjukkan penurunan dari tahun sebelumnya sebesar 69,7%. Hal ini menunjukkan perlunya dukungan yang lebih besar untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif (WHO, 2024).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018, angka pemberian ASI eksklusif pada bayi di Indonesia hanya 37,3%. Angka tertinggi di Kabupaten Bangka Belitung yaitu 56,7% sedangkan angka terendah di Nusa Tenggara Barat yaitu 20,3% (Kemenkes RI, 2018). Persentase pola menyusui bayi umur 0 bulan yaitu 39,8% menyusui eksklusif, 5,1% menyusui predominan, dan 55,1% menyusui parsial. Persentase menyusui eksklusif semakin menurun dengan meningkatnya kelompok umur bayi. Pada bayi yang berumur 5 bulan menyusui eksklusif hanya 15,3%, menyusui predominan 1,5% dan menyusui parsial 83,2%. (Kemenkes RI, 2019a). Data di provinsi Sumatera Utara persentase ASI eksklusif dengan capaian 35,96% belum mencapai target nasional yaitu 50% (Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, 2023).

Menyusui melalui ASI eksklusif berperan penting dalam meningkatkan kesehatan dan pertumbuhan bayi, mencegah kematian neonatal akibat berat badan lahir rendah, serta memberikan manfaat fisik dan psikologis bagi ibu. Produksi ASI yang kurang optimal sering dipengaruhi faktor teknik menyusui dan kondisi psikologis ibu, sehingga pijat oksitosin diperlukan sebagai intervensi untuk merangsang hormon oksitosin dan memperlancar pengeluaran ASI (Rahimah & Prastyoningsih, 2023; Tambunan et al., 2024).

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa pijat oksitosin berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui. Rimandini (2022) membuktikan adanya peningkatan signifikan kelancaran ASI setelah pijat

oksitosin pada ibu post partum primipara. Tuasikal dan Indrayani (2022) menemukan peningkatan produksi ASI dari kondisi kurang menjadi baik pada mayoritas responden setelah intervensi pijat oksitosin. Achmad (2021) melaporkan seluruh ibu nifas mengalami peningkatan produksi ASI yang signifikan setelah diberikan pijat oksitosin. Penelitian Siregar (2018) dan Utama (2019) menunjukkan pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan pengeluaran ASI dan mendukung keberhasilan ASI eksklusif. Natalia (2019) menyimpulkan pijat oksitosin dan perawatan payudara sama-sama berpengaruh terhadap kelancaran ASI, dengan hasil pijat oksitosin menunjukkan perbedaan bermakna antara *pretest* dan *posttest*.

Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sakit Ibu dan Anak Murni Teguh Rosiva Medan sebagai salah satu rumah sakit swasta di Kota Medan yang memberikan pelayanan pada kesehatan ibu dan anak termasuk ibu melahirkan (post partum). Berdasarkan data yang diperoleh dari Rumah Sakit Ibu dan Anak Murni Teguh Rosiva Medan bahwa jumlah kunjungan ibu bersalin pada bulan Januari 2024 sampai Maret 2024 sebanyak 94 atau rata-rata per bulan sebanyak 31 persalinan. Persalinan didominasi oleh sectio caesarea (SC) yaitu rata-rata sebanyak 25 persalinan per bulan, sedangkan persalinan normal rata-rata 6 persalinan per bulan.

Survei pendahuluan yang peneliti lakukan dengan mengamati 10 ibu bersalin, apakah setelah persalinan ibu memberikan ASI pada bayinya. Hanya 4 orang ibu yang memberikan ASI pada bayinya pasca melahirkan, sedangkan 6 orang lainnya tidak memberikan ASI dengan berbagai faktor penyebab seperti ASI tidak keluar, atau ada yang keluar tetapi tidak lancar. Ada juga yang tidak memberikan ASI karena takut payudara kendor, dan ada juga yang memang ingin memberikan susu formula (sufor) pada bayinya. Fokus pada penelitian ini ingin

mengetahui pada faktor penyebab ASI tidak lancar keluarnya yang diupayakan dengan memberikan pijatan oksitosin.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen (*Quasi Experiment*) dengan pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan dengan satu kelompok yaitu *one group pretest-posttest design* (Simanullang & Tambunan, 2023; Basiroen et al., 2025; Judijanto et al., 2024). Lokasi penelitian di RSIA Murni Teguh Rosiva Medan. Sampel dalam penelitian ini adalah 29 orang dengan teknik total sampling.

Data yang digunakan yaitu data primer dan data sekunder. Pengumpulan data dilakukan dengan cara: Menyiapkan seluruh peralatan untuk pengukuran ASI dan alat pencatat; Membawa peralatan dan menyiapkan ibu yang dilakukan pijat oksitosin selama 3 hari dengan frekuensi 2 kali sehari; ada hari yang ketiga melakukan pengukuran sebelum dilakukan pijat dengan gelas ukur dan mengukur kembali 3 jam kemudian setelah dilakukan pijat oksitosin.

Sebelum analisis bivariat dengan terlebih dahulu melakukan uji normalitas data menggunakan uji Shapiro Wilk (responden <50 orang), dan data berdistribusi normal dengan nilai  $p > 0,05$ , maka uji bivariat menggunakan Paired Sample T-Test (Puspitasari et al., 2025).

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik

Karakteristik	f	%
<b>Umur:</b>		
≤ 20 tahun	0	0,0
21 – 35 tahun	19	65,5
> 35 tahun	10	34,5
<b>Pendidikan Terakhir:</b>		
Dasar (SD / SMP)	0	0,0
Menengah (SMA)	10	34,5
Tinggi (Perguruan Tinggi)	19	65,5
<b>Pekerjaan:</b>		
Bekerja	14	48,3

Karakteristik	f	%
Tidak bekerja	15	51,7
<b>Jumlah Anak:</b>		
1 orang	14	48,3
2 orang	12	41,4
3 orang	3	10,3
> 3 orang	0	0,0
Total	29	100,0

Data di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berumur 21 – 35 tahun sebanyak 19 orang (65,5%), sebagian kecil berumur >35 tahun sebanyak 10 orang (34,5%). Berdasarkan pendidikan terakhir, sebagian besar responden berpendidikan tinggi (Perguruan Tinggi) sebanyak 19 orang (65,5%), sebagian kecil berpendidikan menengah (SMA) sebanyak 10 orang (34,5%). Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak 15 orang (51,7%), sebagian kecil responden bekerja sebanyak 14 orang (48,3%). Berdasarkan jumlah anak, sebagian besar responden mempunyai 1 orang anak sebanyak 14 orang (48,3%), sebagian kecil mempunyai 3 orang anak sebanyak 3 orang (10,3%).

**Tabel 2. Distribusi Produksi ASI Pada Ibu *Post Partum* Sebelum Dilakukan Pijat Oksitosin (*Pretest*)**

No	Produksi ASI ( <i>Pretest</i> )	Jlh	%
1.	Kurang Baik	19	65,5
2.	Normal	10	34,5
3.	Sangat Baik	0	0,0
	Total	29	100,0

Tabel di atas diketahui bahwa sebelum dilakukan pijat oksitosin (*pretest*) sebagian besar ibu *post partum* memproduksi ASI dalam kategori kurang baik (< 22 ml) sebanyak 19 orang (65,5%), sebagian kecil ibu memproduksi ASI dalam kategori normal (22 – 27 ml) sebanyak 10 orang (34,5%). Tidak ada ibu *post partum* yang memproduksi ASI

dalam kategori sangat baik (> 27 ml) sebelum dilakukan pijat oksitosin.

**Tabel 3. Distribusi Produksi ASI Pada Ibu *Post Partum* Setelah Dilakukan Pijat Oksitosin (*Posttest*)**

No	Produksi ASI ( <i>Posttest</i> )	Jlh	%
1.	Kurang Baik	0	0,0
2.	Normal	13	44,8
3.	Sangat Baik	16	55,2
	Total	29	100,0

Tabel di atas diketahui bahwa setelah dilakukan pijat oksitosin (*posttest*) sebagian besar ibu *post partum* memproduksi ASI dalam kategori sangat baik (> 27 ml) sebanyak 16 orang (55,2%), sebagian kecil ibu memproduksi ASI dalam kategori normal (22 – 27 ml) sebanyak 13 orang (44,8%).

**Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Data dengan Menggunakan Uji *Shapiro-Wilk***

Produksi ASI Pada Ibu <i>Post Partum</i>	<i>Shapiro-Wilk</i>			Keterangan
	Statistic	df	sig.	
Produksi ASI ( <i>Pretest</i> )	0,933	29	0,067	Normal
Produksi ASI ( <i>Posttest</i> )	0,951	29	0,194	Normal

Mengacu kepada data yang disajikan pada tabel di atas, dapat diketahui hasil uji normalitas menggunakan uji *Shapiro Wilk* menunjukkan bahwa produksi ASI pada ibu *post partum* sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin yaitu berdistribusi normal, karena nilai  $p > 0,05$  yaitu pada produksi ASI pada ibu *post partum* sebelum dilakukan pijat oksitosin (*pretest*) sebesar 0,067 dan produksi ASI pada ibu *post partum* setelah dilakukan pijat oksitosin (*posttest*) sebesar 0,194. Berdasarkan hasil uji normalitas data tersebut dapat dinyatakan bahwa data

berdistribusi normal maka uji yang digunakan adalah *Paired Sample T-Test*.

**Tabel 5. Uji Paired Sample T-Test Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di RSIA Murni Teguh Rosiva Medan**

Parameter Statistik	Pretest (Sebelum)	Posttest (Setelah)
Mean (Rata-rata)	20,41	29,76
Standar Deviasi	3,822	4,111
Nilai Minimum	15	22
Nilai Maksimum	27	39
p-value (Sig.)	0,000	
Nilai t-hitung	-17,098	
Nilai t-tabel	1,699	

Hasil uji statistik diperoleh nilai rata-rata (*mean*) produksi ASI pada ibu *post partum* sebelum dilakukan pijat oksitosin sebesar 20,41 dan setelah diberikan intervensi, peningkatan produksi ASI ibu menjadi 29,76. Standar deviasi produksi ASI pada ibu *post partum* sebelum dilakukan pijat oksitosin sebesar 3,822 dan setelah diberikan intervensi, peningkatan produksi ASI ibu menjadi 4,111. Nilai minimum produksi ASI pada ibu *post partum* sebelum dilakukan pijat oksitosin sebesar 15 ml/hari dan setelah diberikan intervensi, peningkatan produksi ASI ibu menjadi 22 ml/hari. Nilai maksimum produksi ASI pada ibu *post partum* sebelum dilakukan pijat oksitosin sebesar 27 ml dan setelah diberikan intervensi, peningkatan produksi ASI ibu menjadi 39 ml.

Berdasarkan hasil uji *Paired Sample T-Test* yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara produksi ASI pada ibu *post partum* sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin di RSIA Murni Teguh Rosiva Medan, dengan nilai *p-value* = 0,000 < 0,05, dan nilai t = -

17,098 < t-tabel (1,699) pada df = 28. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian pijat oksitosin pada ibu *postpartum* berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI ibu.

## PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

Berdasarkan usia, karakteristik responden menunjukkan bahwa mayoritas responden berumur 21 – 35 tahun (65,5%), sebagian kecil berumur > 35 tahun (34,5%). Rentang usia ini sering kali dikaitkan dengan usia reproduktif ideal bagi wanita, yang menurut Kemenkes (2019b), berada pada usia 20-35 tahun. Usia ini dianggap sebagai periode optimal untuk kehamilan dan persalinan karena risiko komplikasi yang lebih rendah dibandingkan dengan usia yang lebih tua. Dari segi pendidikan, mayoritas responden berpendidikan tinggi (Perguruan Tinggi) (65,5%), sebagian kecil berpendidikan menengah (SMA) (34,5%). Menurut pendapat Notoatmodjo (2020), individu dengan pendidikan tinggi cenderung lebih mudah memahami instruksi medis dan lebih patuh dalam mengikuti prosedur kesehatan, termasuk pijat oksitosin yang dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu.

Dalam hal pekerjaan, sebagian besar responden tidak bekerja (51,7%), sebagian kecil responden bekerja (48,3%). Menurut Lestari dkk. (2021), para ibu yang tidak bekerja cenderung memiliki lebih banyak waktu untuk mengikuti intervensi pijat oksitosin demi kelancaran produksi ASI dibandingkan dengan mereka yang bekerja. Berdasarkan jumlah anak, mayoritas responden mempunyai 1 orang anak (48,3%), sebagian kecil mempunyai 3 orang anak (10,3%). Jumlah anak dapat mempengaruhi kesiapan ibu untuk persiapan memberikan ASI pada bayinya. Berdasarkan penelitian Wahyuningtyas (2020), ibu yang sudah memiliki satu anak cenderung lebih berpengalaman

mengenai produksi ASI mereka dan cara meningkatkannya sehingga mempermudah peningkatan ASI.

Menurut peneliti, hasil penelitian ini memperkuat temuan-temuan sebelumnya mengenai pentingnya mempertimbangkan karakteristik demografis seperti usia, pendidikan, pekerjaan, dan jumlah anak dalam merancang intervensi peningkatan produksi ASI pada ibu *post partum*. Keberhasilan intervensi seperti pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI ibu *post partum* dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti umur, pendidikan, pekerjaan, dan jumlah anak. Menurut teori *Health Belief Model* (HBM) dalam Notoatmodjo (2020), usia atas peranannya dalam kemampuan fisik tubuh ibu untuk memproduksi ASI karena tubuh ibu yang lebih muda cenderung lebih optimal memproduksi ASI. Pendidikan juga berperan dalam tingkat pemahaman ibu terhadap ASI dan cara menyusui yang benar sehingga ibu *post partum* yang berpendidikan tinggi cenderung lebih sukses dalam menyusui. Faktor lainnya adalah pekerjaan yang mungkin memicu waktu dan frekuensi menyusui, pemberian ASI yang salah waktu dan frekuensinya akan memberikan efek kurangnya stimulasi alamiah bagi ASI. Faktor terakhir adalah jumlah anak yang dilahirkan, ibu yang sudah memiliki anak cenderung lebih berpengalaman dan lebih percaya diri dalam menyusui, yang pada akhirnya meningkatkan produksi ASI.

#### **Produksi ASI Pada Ibu *Post Partum* Sebelum Dilakukan Pijat Oksitosin (*Pretest*)**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pijat oksitosin, didapati bahwa sebagian besar ibu *post partum* di RSIA Murni Teguh Rosiva Medan memproduksi ASI dalam kategori kurang baik (< 22 ml) sebanyak 19 orang (65,5%), sebagian kecil ibu memproduksi ASI dalam kategori normal (22 – 27

ml/hari) sebanyak 10 orang (34,5%). Tidak ada ibu *post partum* yang memproduksi ASI dalam kategori sangat baik (> 27 ml) sebelum dilakukan pijat oksitosin.

Penelitian terdahulu dari Panggabean (2020) di Wilayah Kerja Puskesmas Lumut Kabupaten Tapanuli Tengah mendapatkan data bahwa tingkat rerata *pretest* pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu *post partum* adalah 4,6316, nilai minimalnya 4 dan nilai maksimalnya 5 dengan responden sebanyak 19 orang ibu *post partum*. Penelitian milik Rimandini (2022) di Moty Care Baby, Kids, & Mom Ciangsana menunjukkan bahwa sebagian besar ibu *post partum* primipara sebelum diberikan pijat oksitosin pengeluaran ASI kurang lancar sejumlah 17 responden (85%), dan sebagian kecil pengeluaran ASI cukup lancar sejumlah 3 responden (15%). Penelitian terdahulu milik Muna (2023) di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Aceh Besar menunjukkan bahwa pengeluaran ASI sebelum diberikan pijat oksitosin pada ibu *post partum* lebih banyak yang tidak ada pengeluaran ASI yaitu 10 responden (66,7%) dibandingkan dengan yang ada pengeluaran ASI yaitu 5 responden (33,3%), dengan nilai mean 1,47, standar deviation 0,915 serta nilai minimum 0 dan maksimum 3.

Produksi air susu ibu (ASI) merupakan proses alami yang terjadi setelah melahirkan, di mana tubuh seorang ibu menghasilkan cairan kaya nutrisi yang tidak hanya memberi makanan penting bagi bayi, tetapi juga mengandung elemen vital seperti antibodi, hormon, serta zat-zat lain yang mendukung sistem kekebalan tubuh bayi dan pertumbuhannya. Proses ini melibatkan interaksi kompleks antara hormon-hormon seperti prolaktin dan oksitosin, yang merangsang produksi dan pelepasan ASI setiap kali bayi menyusui, membentuk ikatan khusus antara ibu dan anak yang esensial bagi kesehatan dan

perkembangan optimal bayi (Sari & Rimandini, 2022).

Menurut peneliti, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pijat oksitosin pada ibu *post partum*, sebagian besar ibu di RSIA Murni Teguh Rosiva Medan memproduksi ASI dalam kategori kurang baik (< 22 ml) yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor fisiologis dan psikologis yang mempengaruhi proses laktasi. Pada periode awal setelah melahirkan, tubuh ibu sedang beradaptasi dengan perubahan hormon yang terjadi pasca persalinan. Hormon oksitosin, yang berperan penting dalam merangsang kontraksi otot-otot di sekitar kelenjar susu untuk mengeluarkan ASI, mungkin belum optimal dalam jumlahnya atau responsnya pada tahap ini. Stres, kelelahan, dan ketidakpastian dalam merawat bayi baru dapat menghambat refleksi let-down, yaitu proses pelepasan ASI dari payudara, yang menyebabkan produksi ASI lebih sedikit. Kurangnya pengalaman dalam menyusui dan teknik menyusui yang mungkin belum tepat juga dapat menjadi faktor yang menghambat produksi ASI sebelum dilakukan intervensi seperti pijat oksitosin.

#### **Produksi ASI Pada Ibu *Post Partum* Setelah Dilakukan Pijat Oksitosin (*Posttest*)**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan pijat oksitosin pada ibu *post partum*, didapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu di RSIA Murni Teguh Rosiva Medan memproduksi ASI dalam kategori sangat baik (> 27 ml) sebanyak 16 orang (55,2%), sebagian kecil ibu memproduksi ASI dalam kategori normal (22 – 27 ml) sebanyak 13 orang (44,8%). Tidak terdapat lagi ibu *post partum* yang memproduksi ASI dalam kategori kurang baik (< 22 ml) setelah dilakukan pijat oksitosin.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rimandini (2022) di Moty Care Baby, Kids, & Mom Ciangsana menunjukkan bahwa sebagian besar ibu

post partum primipara setelah diberikan pijat oksitosin pengeluaran ASI lancar sejumlah 20 responden (100%). Penelitian oleh Dewi dkk. (2022) di RSUD Panembahan Senopati Bantul menemukan bahwa rata-rata produksi ASI ibu postpartum sebelum diberikan tindakan pijat oksitosin adalah 0,3 cc, sedangkan rata-rata produksi ASI setelah tindakan pijat oksitosin adalah 1 cc. Penelitian *literature review* yang dilakukan oleh Ismanti & Musfirowati (2021) menjumpai bahwa berdasarkan 5 Jurnal yang telah di *review* bahwa penerapan pijat oksitosin dapat menghasilkan hormone oksitosin yang berguna dalam memperlancar dan memperbanyak ASI.

Postpartum atau masa nifas (puerperium) adalah periode setelah kelahiran yang dimulai sejak janin dan plasenta lahir. Biasanya, periode nifas berlangsung selama 6 minggu atau 40 hari hingga organ-organ reproduksi kembali ke kondisi sebelum kehamilan. Selama masa nifas, terjadi penurunan tinggi fundus uteri hingga berada 3 jari di bawah pusar, dan juga involusi uteri di mana uterus kembali ke kondisi sebelum kehamilan dengan berat sekitar 60 gram (Maryunani, 2022).

Menurut peneliti, hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan pijat oksitosin pada ibu *post partum*, sebagian besar ibu di RSIA Murni Teguh Rosiva Medan memproduksi ASI dalam kategori sangat baik (> 27 ml), hal tersebut dapat terjadi karena pijat oksitosin secara efektif merangsang pelepasan hormon oksitosin, yang memiliki peran kunci dalam proses laktasi. Pijat ini membantu meningkatkan aliran darah ke kelenjar susu dan merangsang refleksi let-down, yang merupakan proses pengeluaran ASI dari payudara. Dengan peningkatan kadar oksitosin, otot-otot di sekitar kelenjar susu lebih aktif berkontraksi, sehingga ASI dapat dikeluarkan lebih efisien dan dalam jumlah yang lebih besar. Hal ini

memungkinkan ibu untuk memproduksi ASI dalam jumlah yang mencukupi untuk kebutuhan bayi.

Selain efek fisiologis, pijat oksitosin juga memberikan dampak positif secara psikologis. Sentuhan lembut dan relaksasi yang dihasilkan dari pijat ini dapat mengurangi stres dan kecemasan pada ibu, yang seringkali menjadi hambatan dalam produksi ASI. Dengan suasana hati yang lebih tenang dan rasa percaya diri yang meningkat, ibu lebih mampu menyusui secara efektif dan konsisten. Kombinasi antara peningkatan hormon oksitosin dan perbaikan kondisi psikologis inilah yang membuat produksi ASI meningkat secara signifikan, sehingga sebagian besar ibu dapat memproduksi ASI dalam kategori sangat baik setelah pijat oksitosin dilakukan.

### **Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara produksi ASI pada ibu *post partum* sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin di RSIA Murni Teguh Rosiva Medan, dengan nilai  $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ , dan nilai  $t = -17,098 < t\text{-tabel} (1,699)$  pada  $df = 29$ . Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian pijat oksitosin pada ibu *post partum* berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI ibu.

Berdasarkan penelitian milik Rimandini (2022) di Moty Care Baby, Kids, & Mom Ciangsana didapat nilai  $p$  sebesar 0,000 yang artinya dinyatakan adanya perubahan yang signifikan dimana kelancaran ASI meningkat setelah dilakukan perlakuan pijat oksitosin pada ibu *post partum* primipara. Untuk penelitian milik Natalia (2019) di RSU Haji Medan bahwa pijat oksitosin dan perawatan payudara sama-sama berpengaruh terhadap kelancaran ASI. Pijat oksitosin dilakukan dikarenakan lebih banyak ibu yang memberikan susu

formula karena ASI yang keluar hanya sedikit. Peneliti mengatakan adanya perbedaan yang signifikan saat *pretest* dan *posttest* pada pijat oksitosin dengan menunjukkan adanya pengaruh terhadap produksi ASI. Sementara itu Dewi dkk.(2022) menemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada produksi ASI ibu *post partum* sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin.

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi gangguan produksi ASI. Pijat oksitosin melibatkan pemijatan dari tulang belakang hingga tulang rusuk keenam, bertujuan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Melalui pijatan ini, refleks oksitosin atau *let down reflex* dapat diaktifkan. Selain merangsang *let down reflex*, manfaat pijat oksitosin memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi pembengkakan payudara, mengurangi penyumbatan ASI, memicu pelepasan hormon oksitosin, serta menjaga produksi ASI saat ibu dan bayi sakit (Wahyuningtyas dkk., 2020).

Menurut peneliti, hasil penelitian ini membuktikan bahwa terjadi peningkatan produksi ASI pada ibu *post partum* di RSIA Murni Teguh Rosiva Medan setelah dilakukan pijat oksitosin yang dikarenakan pijat ini merangsang pelepasan hormon oksitosin, yang berperan penting dalam proses laktasi. Oksitosin membantu kontraksi otot-otot di sekitar kelenjar susu, memfasilitasi refleks *let-down*, sehingga ASI dapat dikeluarkan lebih efektif dan dalam jumlah yang lebih besar. Pijat oksitosin juga membantu mengurangi stres dan meningkatkan relaksasi, yang secara psikologis mendukung ibu dalam menyusui. Kombinasi dari stimulasi fisik dan mental ini menghasilkan peningkatan yang signifikan dalam produksi ASI setelah pijat dilakukan.

### **KESIMPULAN**

Maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebelum dilakukan pijat oksitosin pada ibu *post partum (pretest)* di RSIA Murni Teguh Rosiva Medan, mayoritas produksi ASI dalam kategori kurang baik (< 22 ml) (65,5%) dengan rata-rata produksi ASI yaitu  $20,41 \pm 3,822$ .
2. Setelah dilakukan pijat oksitosin pada ibu *post partum (posttest)* di RSIA Murni Teguh Rosiva Medan, mayoritas produksi ASI dalam kategori sangat baik (> 27 ml) (55,2%) dengan rata-rata produksi ASI yaitu  $29,76 \pm 4,111$ .
3. Pijat oksitosin berpengaruh signifikan terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu *post partum* di RSIA Murni Teguh Rosiva Medan, diperoleh  $p = 0,000 < 0,05$ . Terdapat perbedaan produksi ASI pada ibu *post partum* sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin (*pretest-posttest*).

#### SARAN

Disarankan peneliti selanjutnya untuk mendalami aspek-aspek tertentu yang belum tercakup dalam penelitian ini, dengan menggunakan teknik lainnya seperti teknik akupresur, konsumsi daun katuk, dan lain-lain.

#### REFERENSI

- Achmad, I. (2021). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Air Susu Ibu Di RSUD Dr. M. Haulussy Dan RS Tingkat II Prof. J.A. Latumeten Ambon. *Jurnal Kebidanan (JBd)*, 1(1), 11–23.
- Astutik, R. Y. (2020). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui* (Cetakan 2). Jakarta: Trans Info Media (TIM).
- Basiroen, V. J., Judijanto, L., Monalisa, M., Apriyanto, A., Simanullang, R. H., Sa'dianoor, S. D., & Tambunan, D. M. (2025). *Pengantar Penelitian Mixed Methods*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Dewi, I. M., Wulandari, A., & Basuki, P. P. (2022). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum. *Jurnal Keperawatan*, 14(1), 53–60. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v14i1.16>
- Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. (2023). *Laporan Kinerja Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Tahun 2022*. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Hayati, H., & Tambunan, D. M. (2025). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Praktik Ibu Dalam Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (Mp-Asi) Di Murni Teguh Rosiva Medan. *Indonesian Trust Nursing Journal*, 3(2), 14-23.
- Ismanti, R., & Musfirowati, F. (2021). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Literature Review. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 1(1), 68–77. <https://doi.org/10.55606/jrik.v1i1.1542>.
- Judijanto, L., Wibowo, G. A., Hakpantria, H., Nuryanneti, I., Apriyanto, A., Firdaus, A., ... & Efitra, E. (2024). *Karya Tulis Ilmiah: Panduan Praktis Menyusun Karya Tulis Ilmiah*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Kemendes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018*. Jakarta.
- Kemendes RI. (2019a). Infodatin ASI. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kemendes RI.
- Kemendes RI. (2019b). *Pedoman Pelayanan Kesehatan Ibu Hamil dan Bersalin*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lestari, P., Fatimah, & Ayuningrum, L. D. (2021). *Pijat Oksitosin: Laktasi Lancar, Bayi Tumbuh Sehat*

- (Cetakan Pertama). Yogyakarta: Penerbit Elmatara.
- Maryunani, A. (2022). *Asuhan pada Ibu dalam Masa Nifas (Postpartum)* (Cetakan Pertama). Jakarta: Trans Info Media.
- Muna, S., Aryani, R., & Herlita. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum Di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal Ilmiah Obsgin*, 15(2), 412–418.
- Natalia, I. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin pada Ibu Post Partum di RSU Haji Medan.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan* (Cetakan 5). Jakarta: Rineka Cipta.
- Panggabean, S. (2020). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Lumut Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2020*. Universitas Aufa Royhan, Padangsidimpuan.
- Puspitasari, C. E., Apriyanto, A., Putra, I. K. A. D., Christine, C., Andala, S., Simanullang, R. H., ... & Mu'awanah, S. (2025). *Buku Ajar Biostatistik*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Rahimah, A. N., & Prastyoningsih, A. (2023). *Efektivitas Kombinasi Totok Payudara Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Klinik Pratama Mawung*. Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta, Surakarta.
- Rimandini, K. D. (2022). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum Primipara Di Moty Care Baby, Kids & Mom Ciangsana Tahun 2022.
- Sari, E. P., & Rimandini, K. D. (2022). *Asuhan Kebidanan Persalinan (Intranatal Care)* (Cetakan 3). Jakarta: Trans Info Media (TIM).
- Simanullang, R. H., & Tambunan, D. M. (2023). *Pengantar Metodologi Penelitian* (Dior Manta Tambunan (ed.); ed. 1). CV Budi Utama.
- Sinaga, E. R. I., & Tambunan, D. M. (2024). Efektivitas Metode 2s (Swaddling Dan Sucking) Terhadap Penurunan Nyeri Pada Bayi Setelah Imunisasi Hb0 Di Praktek Mandiri Bidan Medan. *Indonesian Trust Nursing Journal*, 2(1), 31-39.
- Siregar, Y. R. (2018). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum.
- Soviyati. (2023). Effect of Applying The Health Promotion Model In Stunting Prevention Control In Indonesia.
- Sutama, D. A. (2019). Perbedaan Pijat Oksitosin dan Perawatan Payudara(breastcare) terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Post Partum di Kota Bengkulu 2019.
- Tambunan, D.M., & Simatupang, L. L. (2023). *Atraumatic Care Approach Pada Neonatus*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Tambunan, D. M., Silaen, H., Simanullang, R. H., Buaton, K., & Lumbantobing, D. S. (2024). Optimalisasi adaptasi neonatus dengan penerapan atraumatic care approach: swaddle dan sponge bath di Pangurusan. *JOURNAL of Public Health Concerns*, 4(4), 118-126.
- Tambunan, D. M., Fatmawati, A., Tambunan, I., Larasati, L., Ingrid, B. L., Widhiastuti, R., ... & Buka, S. P. Y. (2024). *Keperawatan Maternitas*. CV. Hei Publishing.
- Tuasikal, I., & indrayani, T. (2022). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui di BPM "TRS" Cangkringan Yogyakarta. *JAKHKJ*, 8(1), 24–27.

Wahyuningtyas, D., Firrahmawati, L., & Winarni. (2020). *Pijat Oksitosin dengan Murotal Al-Qur'an untuk Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Nifas*. Surakarta: Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

WHO. (2024). World Breastfeeding Week: Bersama-sama, Dukung Ibu Sukses Menyusui dan Bekerja. Diambil 3 Mei 2024, dari <https://www.who.int/indonesia/ne>

[ws/events/world-breastfeeding-week/2023](https://www.who.int/indonesia/ne)

Widyawati, E., & Sari, K. (2022). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas. *Prosiding Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan*, 1(2), 827–834.