

**PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP WAKTU
PENGELUARAN KOLOSTRUM PADA IBU POST PARTUM
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BOJA**

Arum Purnamasari
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Ar-Rum Salatiga
Email: arum10purnamasari@gmail.com

Abstrak

Angka Kematian bayi dapat ditekan dengan pemberian ASI secara dini. Ibu nifas terutama primipara seringkali ASI nya hanya keluar sedikit sampai hari ke-3 setelah melahirkan. Hal ini membuat ibu cemas dan takut anaknya tidak cukup ASI. Kelancaran kolostrum dapat distimulasi salah satu caranya adalah dengan pijat oksitosin. Studi pendahuluan menyebutkan 2 ibu mengatakan 2 hari setelah melahirkan ASI nya baru keluar, 2 ibu mengatakan ASI keluar pada hari ke-3 dan 1 ibu mengatakan ASI keluar pada hari ke-4 sehingga bayinya diberikan susu formula. Penelitian bertujuan mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap waktu pengeluaran kolostrum pada ibu post partum. Penelitian menggunakan rancangan *quasi eksperimen* dengan jenis *Post test only with control group design*. Populasi penelitian yaitu semua ibu nifas primipara 2 jam post partum. Sampel diambil dengan *Axcidental Sampling*. Analisis data yaitu analisis univariat dan bivariat menggunakan *mann whitney*. Hasil penelitian waktu pengeluaran kolostrum pada ibu post partum yang tidak dilakukan pijat oksitosin adalah > 1,5 hari, yang dilakukan pijat oksitosin < 1,5 hari. Kesimpulannya ada pengaruh pijat oksitosin terhadap waktu pengeluaran kolostrum pada ibu post partum. Saran penelitian diharapkan dapat memberikan informasi kepada ibu post partum agar melakukan pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI.

Kata kunci : Ibu Post Partum, Pijat Oksitosin, Waktu Pengeluaran Kolostrum

THE EFFECT OF OXYTOCIN MASSAGE TO WARD COLOSTRUM RELEASE TIME ON POST PARTUM MOTHER IN PUSKESMAS BOJA WORKING AREA

Abstract

Infant mortality rate can be reduced with early breastfeeding. Especially primiparous puerperal women often her milk just out a bit until day 3 after birth. This makes the anxiety and fear of his mother was not enough milk. Smoothness colostrum can be stimulated in various ways one of which is massage oxytocin. Based on the preliminary survey, two mothers say two days after the birth of her breast milk coming out and two mothers say the milk out on day 3. The remaining one mother said that the milk out on day 4 so that babies given formula. This research purpose to determine the effect of oxytocin massage toward colostrum release time on post partum mother. This research use methods quasi-experimental design with a kind of Post-test only with control group design. This study population was all postpartum mothers postpartum primiparous 2 hours. Samples were taken with Accidental Sampling. Data analysis was univariate and bivariate analysis using the. The result is Spending time on maternal colostrum postpartum massage was not done with an oxytocin massage was $>1,5$ days, oxytocin massage performed with an average of $< 1,5$ days. There is a massage effect of oxytocin on spending time post partum maternal colostrum obtained p-value 0.046 where $0.046 < 0.05$. Suggestion : This study is expected to provide information to women giving birth in order to massage the oxytocin to increase milk production.

Key Words : Post Partum Mother, Oxytocin Massage, Colostrum Release Time

Pendahuluan

Angka Kematian bayi dapat ditekan dengan pemberian ASI secara dini. Jika semua bayi di dunia segera setelah lahir diberi kesempatan menyusu sendiri dengan membiarkan kontak kulit ibu ke kulit bayi setidaknya selama satu jam maka satu juta nyawa bayi ini dapat diselamatkan. Pemberian ASI secara dini bisa meningkatkan kekebalan atau daya tahan tubuh yang dapat melindungi bayi dari berbagai infeksi, bakteri, virus dan jamur. Jika pengeluaran ASI tidak memadai maka dapat menyebabkan kurangnya nutrisi bagi bayi salah satunya menyebabkan *hipoglikemia* pada bayi karena ASI merupakan sumber makanan bagi bayi, dimana di dalam ASI mengandung glukosa murni sebagai tenaga untuk bayi. Salah satu faktor yang mempengaruhi pengeluaran air susu ibu adalah faktor rangsangan yang berupa isapan bayi dan perawatan payudara⁶.

Ibu nifas terutama primipara seringkali merasa khawatir karena ASI susu yang belum keluar atau hanya keluar sedikit sampai hari ke 3 setelah melahirkan. Hal ini membuat ibu cemas dan takut anaknya tidak cukup ASI, sehingga terjadi hal yang buruk pada anaknya. Keadaan tersebut membuat ibu mengambil alternatif untuk memberikan susu formula agar anaknya cukup ASI. Padahal sesuai dengan macam-macam ASI pada hari pertama sampai ketiga yang keluar adalah kolostrum yang jumlahnya hanya sedikit, namun hal tersebut telah sesuai dengan kebutuhan bayi¹.

Berdasarkan penelitian lain dengan judul pijat oksitosin untuk mempercepat pengeluaran asi pada ibu pasca salin normal di dusun sono desa ketanen kecamatan panceng gresik diperoleh hasil bahwa pijat oksitosin dapat mempercepat pengeluaran ASI.

Salah satu penyebab cakupan ASI Eksklusif yang masih rendah adalah tidak

tercapainya pemberian kolostrum pada bayi salah satunya adalah kolostrum yang belum keluar. Kelancaran kolostrum dapat distimulasi dengan berbagai cara salah satunya adalah pijat oksitosin. Pijat oksitosin adalah suatu cara pemijatan yang dilakukan pada ibu nifas untuk meningkatkan produksi hormon oksitosin. Pijat oksitosin dilakukan dengan memijat titik-titik tertentu dipunggung ibu. Pijat ini sangat bermanfaat untuk ibu nifas terutama untuk peningkatan kontraksi uterus saat nifas sehingga membantu proses involusi uterus dan memperlancar pengeluaran ASI ibu.

Metode

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *quasi eksperimen* dengan jenis *Post test only with control group design*^{2,3}. Rancangan penelitian ini ingin mengungkapkan hubungan sebab akibat pada kelompok yang dilakukan intervensi atau kelompok eksperimen yang dilakukan pijat oksitosin dengan kelompok yang tidak dilakukan pijat oksitosin.

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan prosedur SOP dan lembar observasi³. SOP digunakan untuk mencari data variabel pijat oksitosin berdasarkan prosedur pelaksanaan yang telah ditetapkan. Sedangkan lembar observasi digunakan untuk mengetahui waktu pengeluaran kolostrum. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat untuk mengetahui waktu pengeluaran kolostrum pada ibu yang dilakukan pijat oksitosin dan yang tidak dilakukan pijat oksitosin. Selanjutnya analisis bivariat dengan uji Mann-Whitney untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap waktu pengeluaran kolostrum pada ibu post partum⁴.

Populasi penelitian ini yaitu semua ibu nifas primipara 2 jam post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Boja sejumlah 48 orang. Sampel dalam penelitian ini ditetapkan 15 responden untuk kelompok perlakuan dan 15 untuk kelompok control.

Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan *Axcidental Sampling*

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian diketahui bahwa responden yang tidak dilakukan pijat oksitosin memiliki rata-rata > 1,5 hari. Hal ini menunjukkan bahwa kolostrum keluar lebih dari satu setengah hari setelah bayi lahir, artinya bayi tidak segera mendapatkan kolostrum. Ibu yang kolostrumnya tidak keluar dengan cepat dapat dikarenakan ibu yang masih capek setelah persalinan dan merasa khawatir tidak mampu menjalani perannya sebagai ibu dan akan berpengaruh terhadap produksi hormon ibu yang akan mempengaruhi proses pengeluaran kolostrum.

Waktu pengeluaran kolostrum pada ibu post partum yang dilakukan pijat oksitosin memiliki rata-rata <1,5 hari. Hal ini menunjukkan bahwa kolostrum keluar satu hari setelah bayi lahir, artinya bayi segera mendapatkan kolostrum. Ibu yang dilakukan pijat oksitosin pada penelitian ini pengeluaran kolostrumnya semakin cepat, karena saat dilakukan pijat ibu akan merasa nyaman dan lebih rileks hal ini akan merangsang keluarnya hormon oksitosin yang kemudian diikuti pengan prolaktin yang merangsang keluarnya ASI.

ASI sangat dipengaruhi oleh ketenangan jiwa dan pikiran ibu karena apabila kondisi ibu tertekan, sedih, kurang percaya diri dan berbagai bentuk ketegangan emosional akan menurunkan volume ASI bahkan tidak akan terjadi produksi ASI. Kolostrum yang keluar lambat akan berdampak kurang baik untuk bayi. Faktor penghambat pengeluaran hormon oksitosin dan juga menghambat *let down reflex* sehingga ASI khususnya kolostrum tidak keluar yaitu seperti stress, keadaan bingung / pikiran kacau, takut dan cemas⁵.

Produksi ASI ibu besar dipengaruhi oleh kenyamanan psikologi dan kondisi fisik ibu. Pijat oksitosin dapat merangsang reflek hormon oksitosin atau *let down reflex*. Dengan adanya pijat oksitosin pada

punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang akan membuat ibu merasa rileks dan menghilangkan kelelahan. Ibu yang merasa rileks dan tenang akan memproduksi hormon oksitosin yang lebih banyak. Pelepasan ASI berada dibawah kendali neuro-endokrin yang mana terjadi bila ada rangsangan sentuhan serta kenyamanan tubuh dan ketenangan pikiran ibu. Untuk menimbulkan kenyamanan ibu salah satunya dengan cara pijat oksitosin⁷.

Selain itu pijat oksitosin juga merupakan salah satu bentuk dari *hypno breastfeeding* dimana dengan pijat oksitosin ibu akan lebih nyaman rileks, dan lebih percaya diri untuk dapat menyusui bayinya secara maksimal. Hal ini akan membuat psikologi ibu semakin kuat serta merangsang keluarnya hormon oksitosin yang akan sangat membantu dalam proses laktasi yaitu dapat meningkatkan produksi ASI. Berdasarkan hal tersebut maka pijat oksitosin efektif merangsang pengeluaran kolostrum⁵.

Pengeluaran hormon oksitosin akan diimbangi dengan meningkatnya hormon prolaktin. Kedua hormon tersebut akan merangsang kerja sel-sel alveoli dalam payudara untuk berkontraksi sehingga produksi ASI semakin meningkat. Sebagaimana manfaat pijat oksitosin adalah untuk merangsang reflek oksitosin atau *reflex let down*, memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak (*engorgement*), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit¹.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian mengenai pengaruh pijat oksitosin terhadap waktu pengeluaran kolostrum pada ibu post partum, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap waktu pengeluaran kolostrum pada ibu post partum. Hal ini di buktikan dengan ibu yang dilakukan pijat oksitosin akan lebih cepat mengeluarkan kolostrum di bandingkan dengan ibu yang tidak dilakukan pijat oksitosin.

Saran penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada ibu post partum agar melakukan pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI. Saran untuk Melakukan KIE kepada ibu nifas dan keluarga tentang pijat oksitosin dengan menggunakan leaflet atau alat peraga lain dan mengajarkan kepada ibu dan keluarga tentang cara melakukan pijat oksitosin agar dapat melakukan pijat oksitosin secara rutin dirumah.

Daftar Pustaka

1. Fakultas Kedokteran. *Obstetri Fisiologi*. UNPAD; 2011.
2. Hidayat, Aziz Alimul. *Metode Penelitian Kebidanan & teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika. 2012.
3. Notoatmojo. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: PT RINEKA CIPTA. 2010.
4. Riyanto, Agus. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika. 2011.
5. Saleha, Sitti. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta : Salemba Medika. 2012.
6. Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta. 2011
7. Wiknjosastro, Hanifa. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. 2011.