

## Studi Literatur Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI

### *Literature Study of the Effect of Oxytocin Massage on Increasing Breast Milk Production*

Zulfa Aинуha<sup>1\*</sup>, Afnani Toyibah<sup>2</sup>, dan Asworoningrum Y<sup>3</sup>

1. Prodi Kebidanan - Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang 1, Indonesia
2. Prodi Kebidanan - Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang 2, Indonesia
3. Prodi Kebidanan - Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang 3, Indonesia

\*Email Korespondensi: [zulfaah14@gmail.com](mailto:zulfaah14@gmail.com)

#### Abstrak

**Latar belakang:** Permasalahan ketidakberhasilan ASI Eksklusif adalah ditemukannya cakupan ASI eksklusif sebesar 64,74% dari target Renstra yaitu 70%. Salah satu penyebab kurang lancarnya produksi ASI diakibatkan oleh puting lecet sehingga ibu stress dalam proses menyusui pada hari pertama setelah melahirkan karena berkurangnya rangsangan hormon oksitosin dan prolaktin yang mempunyai peran dalam kelancaran produksi dan pengeluaran ASI.

**Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI berdasarkan *literature review*

**Metode:** Desain penelitian menggunakan *Traditional Literatur Review*, dengan *keyword* berupa *Oxytocin massage, back massage, breastfeeding, increasing milk*, (pijat oksitosin dan peningkatan produksi ASI). Seleksi jurnal terakreditasi *sinta ristekbrin* dan *scopus*. 3 jurnal diambil dari database *PubMed*, sedangkan 12 jurnal terakreditasi diambil dari *Google Scholar*. Penyeleksian dengan *PICOS*, kemudian dianalisis satu persatu.

**Hasil:** Diperoleh 15 jurnal berdasarkan kriteria inklusi, interval perlakuan terbanyak selama 3 hari dan waktu pelaksanaan terbanyak pagi dan sore selama 15 menit. Hasil seluruh jurnal penelitian (100%) menyatakan adanya pengaruh pemberian pijat oksitosin dengan peningkatan produksi ASI. Dari keseluruhan hasil analisis jurnal memiliki nilai *p value* < 0,05 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI.

**Kesimpulan:** Pijat oksitosin lebih efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui dibandingkan metode lainnya.

**Kata kunci:** Pijat Oksitosin; Produksi ASI

#### Abstract

**Background:** The problem with the failure of exclusive breastfeeding is the finding of exclusive breastfeeding coverage at 64.74% of the strategic plan target of 70%. One of the causes of the lack of smooth milk production is sore nipples, which cause mothers to be stressed in the breastfeeding process on the first day after giving birth due to reduced stimulation of the hormones oxytocin and prolactin, which have a role in the smooth production and expenditure of breast milk.

**Objective:** To find out the effect of oxytocin massage on increasing breast milk production based on a literature review.

**Method:** Research design using traditional literature review with keywords in the form of *oxytocin massage, back massage, breastfeeding, and increasing milk production*. selection of accredited journals from *Sinta Ristekbrin* and *Scopus* Three journals were taken from the *PubMed* database, while 12 accredited journals were taken from *Google Scholar*. *PICOS* selection, then analysis one by one.

**Result:** Based on inclusion criteria, there were 15 journals; the most frequent treatment interval was 3 days, and the most time was spent in the morning and afternoon for 15 minutes. The results of all research journals (100%) showed that giving an oxytocin massage increased milk production. The whole result of the journal analysis, the *p*-value of 0.05, indicates that there is an effect of oxytocin massage on increasing breast milk production.

**Conclusion:** Oxytocin massage was more effective than other methods at increasing milk production among breastfeeding mothers.

**Keywords:** increasing milk; oxytocin massage

## PENDAHULUAN

ASI merupakan makanan utama dan pertama bayi. Pemberian ASI menjadi target pemerintah serta adanya kekuatan yang mengikat tentang pelaksanaan pemberian ASI melalui Permenkes pasal 33 tahun 2012. Pijat oksitosin merupakan upaya untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun keluar. Sebesar 67,74 % cakupan bayi mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2019. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Provinsi Nusa Tenggara Barat (86,26%), sedangkan persentase terendah terdapat di Provinsi Papua Barat (41,12%). Terdapat empat provinsi yang belum mencapai target Renstra tahun 2019, yaitu Gorontalo, Maluku, Papua, dan Papua Barat. Presentase cakupan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif di Jawa Timur yaitu 78,27% (1). Pada tahun 2018 di Kota Malang cakupan bayi yang mendapat ASI eksklusif sebanyak 81,67% dengan jumlah bayi sebanyak 5.421 bayi (2).

Permasalahan dalam ketidakberhasilan ASI Eksklusif ini adalah kurang lancarnya ASI terutama pasca persalinan yang akan diberikan kepada bayinya dan asumsi ibu bahwa ASI yang diberikan tidak cukup, sebab itu petugas kesehatan memberikan susu formula kepada bayi. Penyebab lain dari kurang lancarnya ASI diakibatkan oleh puting lecet sehingga ibu stress dalam proses menyusui ini. Hal ini dapat menyebabkan penurunan produksi ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan karena berkurangnya rangsangan hormon oksitosin dan prolaktin yang mempunyai peran dalam kelancaran produksi dan pengeluaran ASI.

WHO merokomendasikan pemberian ASI eksklusif sangat penting untuk kesehatan bayi baru lahir usia 0 – 6 bulan dan tidak diberi makanan atau pun minuman tambahan apapun, karena sudah memenuhi seluruh kebutuhan bayi. Kolostrum yang terdapat pada ASI kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan bermanfaat untuk mematikan kuman sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi.

Pijat oksitosin merupakan pijatan pada tulang belakang yang menghasilkan neurotransmitter yang merangsang payudara ibu mengeluarkan air susunya. Pijat oksitosin dapat dilakukan kapanpun dengan durasi 3-5 menit selama 2 kali setiap harinya, lebih disarankan dilakukan sebelum menyusui atau memerah ASI agar mendapatkan jumlah ASI yang lebih optimal (3).

## METODE

Desain penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah *Traditional Literatur Review*. Metode pencarian jurnal menggunakan PUBMED dan *google scholar* dengan waktu penelitian dimulai pada bulan februari 2021 sampai dengan juli 2021. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian jurnal pada PUBMED yaitu “*Oxytocin massage*”, “*breastfeeding*” sebanyak 289 jurnal, dan literature tambahan dari *google scholar* dengan kata kunci “pijat oksitosin”, “produksi ASI” sebanyak 1.920 jurnal tetapi dari jurnal yang dikumpulkan penulis menggunakan 15 jurnal sesuai dengan kriteria inklusi yaitu jurnal yang digunakan

menggunakan desain penelitian *Quasy experimental Study*, dengan rentang penerbitan tahun 2015-2020 dan terakreditasi Sinta Ristekbrin dan Scopus.

## HASIL

Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima-keenam yang merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan.

**Tabel 1. Hasil Literatur Review**

Judul, Penulis, Tahun Publikasi	Metode	Hasil Analisis
Judul : Pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI Penulis : Helmy Apreliasari Risnawati, dkk Tahun publikasi : 2020 Vol 5 No 1 Hal. 48-52 Nama jurnal : Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga Akreditasi jurnal: Sinta 6	Desain : <i>Quasy Eksperimen</i> . Sampel : 25 responden Variable : Pijat Oksitosin Instrumen : lembar observasi Analisis : Wilcoxon signed ranks test	Karakteristik responden pijat oksitosin berdasarkan umur adalah seluruh responden (25 orang) berusia 20 – 35 tahun , 14 responden (56%) adalah primipara, 17 responden (68%) berpendidikan terakhir perguruan tinggi (PT) , 17 responden (68%) melakukan perawatan payudara pada saat hamil. Hasil uji statistik lanjut menggunakan uji <i>Wilcoxon</i> diperoleh nilai <i>p value</i> = 0,035 atau $p < 0,05(4)$ .
Judul : <i>Potential combination of back massage therapy and acupressure as complementary therapy in postpartum women for the increase in the hormone oxytocin</i> Penulis : Fajar Dhini Yahya, dkk Tahun publikasi : 2020 Vol 30 No. S2 Hal 570-572 Nama jurnal : Enfermeria Clinica Akreditasi jurnal: Scopus Q3	Desain : <i>Quasy eksperimen</i> Sampel : 45 responden Variable : Pijat oksitosin, pijat akupresur, kombinasi keduanya Instrumen : lembar checklist dan kuisioner Analisis : Chi-square test	Semua kelompok yang diberi terapi komplementer menunjukkan peningkatan hormon oksitosin yang signifikan. Peningkatan hormon oksitosin tertinggi terjadi pada kombinasi pijat punggung dan akupresur dengan nilai $p = 0,001(5)$ .
Judul : Hubungan pijat oksitosin dengan kelancaran pengeluaran asi pada ibu postpartum di Puskesmas Cikokol Kota Tangerang Penulis : Catur Ertysukesty Tahun publikasi : 2020 Vol. 4 No 1 Hal 11-15 Nama jurnal : <i>Indonesian Midwefery Journal</i> Akreditasi jurnal: Sinta 6	Desain : <i>Quasy Eksperimen</i> . Sampel : 35 responden Variable : Pijat Oksitosin Instrumen : lembar observasi Analisis : Paired sample T test	Sebelum ibu melakukan pijat oksitosin sebagian besar mengatakan ASI tidak lancar sebanyak 23 responden (65,7%) dan ASI lancar sebanyak 12 responden (23,4%). Setelah ibu melakukan pijat oksitosin sebagian besar responden mengatakan ASI lancar sebanyak 29 responden (82,9%). Analisa data uji parametrik <i>Paired Sample T-Test</i> dengan tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha = 0,05$ ) (6).
Judul : Pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran asi pada ibu postpartum primipara Penulis : Ridawati Sulaeman, dkk Tahun Publikasi : 2019 Jurnal kesehatan prima Vol. 13 No. 1 Halaman : 10-17 Nama jurnal : Jurnal	Desain : <i>Quasy Eksperimen one group pre and post test design</i> Sampel : 30 responden Variable : pijat oksitosin Instrumen : cek list, dokumentasi Analisis : <i>Wilcoxon Test</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa <i>p value</i> = 0,000 atau $p < \alpha = 0,05$ yang berarti $H_0$ ditolak $H_1$ diterima atau ada pengaruh yang signifikan pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada postpartum normal hari pertama menunjukkan peningkatan pengeluaran ASI 4,25 kali lebih besar dari sebelum dilakukan intervensi pijat oksitosin. (7)

Judul, Penulis, Tahun Publikasi	Metode	Hasil Analisis
Kesehatan Prima Akreditasi jurnal: Sinta 3		
Judul : Pengaruh pijat oksitosin oleh suami terhadap peningkatan produksi asi pada ibu nifas Penulis : Tabita Mariana Doko, dkk Tahun publikasi : 2019 Vol 2, No 2, Hal 66-86 Nama jurnal : Jurnal Keperawan Silampari Akreditasi jurnal: Sinta 3	Desain : Quasy Eksperimen dengan pendekatan rancangan <i>non equivalent control group design</i> . Sampel : 40 responden Instrumen : lembar observasi Analisis : uji man whitney untuk mengetahui signifikansi dan perbedaan sebelum dan sesudah, kemudian dilakukan uji wilcoxon serta uji anova repeated measured untuk mengetahui signifikansi antar kedua kelompok.	Terdapat kenaikan berat badan bayi setelah diberikan intervensi dengan <i>p value</i> 601.6 ( $p > 0.001$ ), terdapat kenaikan frekuensi menyusui dilihat dari nilai <i>p value</i> 1.43 ( $p > 0.01$ ), artinya berat badan bayi, frekuensi menyusui, Selain itu ada pengaruh signifikan setelah diberikan perlakuan pijat oksitosin oleh suami dan <i>breast care</i> (8).
Judul : Efektifitas kombinasi pijat oksitosin dan <i>hypno breastfeeding</i> terhadap optimalisasi produksi asi pada ibu nifas Penulis : Fitriani Ningsih, dkk Tahun publikasi : 2019 Vol. 5 No 1 Hal. 174-187 Nama jurnal : Jurnal Surya Medika Akreditasi jurnal: Sinta 4	Desain : <i>Quasy Eksperimen Post test only design with Nonequivalent Groups</i> Sampel : 30 responden Variable : pijat oksitosin dan <i>hypno breastfeeding</i> Instrumen : cek list, dokumentasi Analisis : <i>Chi Square Test</i>	Kombinasi antara pijat oksitosin dan <i>Hypno breastfeeding</i> sangat efektif untuk optimalisasi produksi ASI pada ibu nifas, hal ini berdasarkan hasil penelitian yaitu nilai $p = 0,020$ dengan ketentuan nilai $p < 0.05$ , dan <i>P value &gt; a</i> . Hasil uji statistik didapatkan nilai OR 7,4 (CI 1,226-45,005) artinya kombinasi antara pijat oksitosin dan <i>Hypno breastfeeding</i> berpeluang 7,4 kali untuk mengoptimisasi produksi ASI (9)
Judul : Pengaruh Pijat Oksitosin Dan Pijat Endorphen Terhadap Kelancaran Produksi Asi Penulis : Dyah Ayu Wulandari, dkk Tahun publikasi : 2019 Vol. 11, No. 02, Hal 105-201 Nama jurnal : Jurnal Kebidanan Akreditasi jurnal: Sinta 5	Desain : <i>Quasy Eksperimen</i> . Sampel : 30 responden Variable : Pijat Oksitosin dan Pijat Endorphen Instrumen : Observasi Analisis : Uji <i>Independent Test</i>	Nilai rerata kelancaran ASI pada kelompok kelompok pijat endorphen 598.60, dan kelompok intervensi pijat oksitosin 661.20 dengan <i>p value</i> 0.454 $> 0.05$ (taraf signifikansi), yang berarti tidak terdapat perbedaan antara kelancaran ASI pada kedua kelompok intervensi.(10)
Judul : <i>Potency of back message and acupressure on increasing of prolactin hormone levels in primipara postpartum; consideration for midwifery care</i> Penulis : Nur Anita, dkk Tahun publikasi : 2019 Vol 30 No S2 Hal 577-580 Nama jurnal : Enfermeria Clinica Akreditasi jurnal: Scopus Q3	Desain : <i>Quasi-experiment</i> Sampel : 30 responden Variable : Pijat Punggung dan Akupresur Instrumen : Observasi pengambilan sampel darah Analisis : <i>T-test</i> dan <i>Wilcoxon</i>	Hasil penelitian menyatakab bahwa rata-rata kadar prolaktin ibu pada kelompok pijat punggung lebih rendah dibandingkan kelompok akupresur. Rata-rata hormon prolaktin sebelum pemberian pijat punggung yaitu 80,06 nm / dL dan akupresur 84,47 nm/ dL sedangkan hormon prolaktin setelah intervensi di pijat punggung 98,33 nm / dL dan akupresur 96,13 nm / dL, yang berarti peningkatan jumlah hormon prolaktin setelah pijat punggung dan intervensi akupresur. Hasil analisis menggunakan <i>Wilcoxon test pvalue</i> 0,003 pada pijat punggung dan pada pijat pijat akupresur <i>pvalue</i> 0,001 (11)
Judul : <i>SPEOS (Stimulation of Endorphin, Oxytocin and</i>	Desain : <i>Quasi-experiment</i> Sampel : 60 responden	Metode SPEOS mempengaruhi peningkatan produksi ASI. Terdapat perbedaan yang

Judul, Penulis, Tahun Publikasi	Metode	Hasil Analisis
<p><i>Suggestive): Intervention to Improvement of Breastfeeding Production</i> Penulis : Indah Lestari, dkk Tahun publikasi: 2019 Vol.19, No. 1 Nama jurnal : Medico Legal Update Akreditasi jurnal: Scopus Q3</p>	<p>Variable : Pijat Endorpin, Oksitosin dan Sugestif Instrumen : checklist dan observasi Analisis : Paired T-test, uji Mann Whitney, dan uji LSD.</p>	<p>signifikan produksi ASI kelompok pra-post kontrol, diperoleh t-cuont 8,923 (<math>p = 0,000</math>) dan t-count kelompok eksperimen 18,886 (<math>p = 0,000</math>). Perbedaan tingkat kenyamanan antar kelompok dengan uji LSD diperoleh <math>p\text{-value} = 0,035</math> (12)</p>
<p>Judul :Perbandingan Pijat Oketani dan Oksitosin terhadap Produksi Air Susu Ibu pada Ibu Post Partum Hari Pertama sampai Hari Ketiga di Rumah Sakit TK II Pelamonia Makassar Penulis : Suharti Buhari, dkk Tahun publikasi : 2018 Vol.2, No.2 Hal. 159-169 Nama jurnal : Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia Akreditasi jurnal: Sinta 5</p>	<p>Desain : <i>Quasy Eksperimen</i> dengan rancangan <i>post test design</i> Sampel : 50 responden Variable : Pijat Oketani dan Pijat Oksitosin Instrumen : Wawancara dan observasi Analisis : <i>Mann-Whitney Test</i></p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok pijat oketani dengan nilai mean (5,25) mendapatkan hasil jumlah frekuensi menyusui hari pertama yang lebih tinggi dibandingkan dengan pijat oksitosin dengan nilai rata-rata (4,52) dan nilai <math>p</math> 0,003. Frekuensi BAB pada bayi baru lahir lebih sering sekitar 6-8 kali sehari. Frekuensi BAB pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum dilakukan pijat oketani dan oksitosin dengan <math>p\text{-value}</math> 0,005(<math>\alpha=0,05</math>), Frekuensi BAK bayi pada kelompok oketani lebih tinggi yaitu dengan nilai rata-rata (3,36) dan pada pijat oksitosin nilai rata-rata (3,36) dengan nilai <math>p=282</math>. Tidak ada perbedaan frekuensi menyusui pada kelompok pijat oketani dan oksitosin (13)</p>
<p>Judul : Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi asi ibu menyusui Penulis : Tiur Wulan Mayasari, dkk Tahun publikasi : 2017 Vol. 9 No. 1 Hal 24-29 Nama jurnal : Jurnal Keperawatan Akreditasi jurnal: Sinta 3</p>	<p>Desain : Quasy Eksperimen. Sampel : 30 responden Variable : Pijat Oksitosin Instrumen : kuisioner Analisis : Wilcoxon test</p>	<p>Hasil penelitian bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI di Desa Merbuh Kecamatan Singorojo Kabupaten Kendal dan produksi ASI akan meningkat pada hari ke 14. Hal ini dapat dilihat pada nilai <math>p\text{ value}</math> <math>0.000 &lt; (0,05)</math> (14)</p>
<p>Judul : <i>Effect of oxytocin massage using lavender essential oil on prolactin level and breast milk production in primiparous mothers after caesarean delivery</i> Penulis : Panglukies Ratna Agustie, dkk Tahun Publikasi : 2017 Vol 3 No 4 Hal 337-344 Nama jurnal : Belitung Nursing Journal Akreditasi jurnal: Sinta 1</p>	<p>Desain : <i>Quasi-experiment</i> Sampel : 32 responden Variable : Pijat Oksitosin Instrumen : ELIZA kit, indicator volume ASI Analisis : uji Mann Whitney, dan uji Wilcoxon</p>	<p>Terdapat perbedaan kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada kadar prolaktin (<math>p\text{-value}=0,000</math>), volume ASI (<math>p\text{-value}=0,000</math>), berat badan bayi (<math>p\text{-value}=0,000</math>), frekuensi buang air kecil (<math>p\text{-value}=0,017</math>), frekuensi defekasi (<math>p\text{-value}=0,002</math>), dan durasi tidur bayi (<math>p\text{-value}=0,000</math>) (15)</p>
<p>Judul : <i>Effects of Acupoint Stimulation with Digital Massager of Oxytocin on the Breast Milk Production of Working Mothers</i></p>	<p>Desain : <i>Quasy Eksperimen</i> with <i>pretest-posttest control group</i> Sampel : 93 responden Variable : <i>Digital</i></p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan volume ASI sebelum dan sesudah penggunaan DMO (<math>p=0,000</math>). Ibu pada kelompok intervensi meningkatkan produksi ASI mereka rata-rata 23 ml ketika variabel lain</p>

Judul, Penulis, Tahun Publikasi	Metode	Hasil Analisis
Penulis : Anggorowati, dkk Tahun Publikasi : 2016 Vol. 6 No. 2 Hal 91-100 Nama jurnal : Nurse Media Journal of Nursing Akreditasi jurnal: Sinta 1	<i>Massager Oksitosin</i> Instrumen : Angket tentang karakteristik partisipan (umur, pendidikan, lama bekerja, jenis persalinan, dan waktu mulai menyusui). Selain itu juga disediakan lembar dokumentasi untuk produksi susu. Analisis : Mann-Whitney dan Wilcoxon.	yang mempengaruhi pemberian ASI dikontrol (16)
Judul : <i>The Effect of Back Massage on Breast Feeding among Neonates who's Mothers Had Undergone Cesarean Section</i> Penulis : Bhagyashree Anil Jogdeo, dkk Tahun publikasi : 2016 vol. 05 No 4 Hal 2287-2290 Nama jurnal : International Journal of Science and Research (IJSR) Akreditasi jurnal: Scopus Q3	Desain : <i>quasi eksperimen</i> Sampel : 20 responden Variable : Pijat punggung Instrumen : lembar kuisisioner dan checklist Analisis : <i>Paired t-test</i>	Rata-rata perubahan skor kenyang pada kelompok eksperimen adalah 1,15; 1,83; dan 1,83 pada hari ke-1, hari ke-2 dan hari ke-3. Rata-rata perubahan skor kenyang pada kelompok kontrol adalah 0,03; 0,10; dan 0,05. Nilai T test untuk perbandingan ini adalah 3,4; 3,8; dan 3,8 dengan 18 derajat kebebasan. Nilai <i>p value</i> yang sesuai adalah 0,002; 0,001; dan 0,001 yang kecil (kurang dari 0,05), hal ini menunjukkan pijat punggung meningkatkan skor rasa kenyang secara signifikan pada kelompok eksperimen daripada kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen bobot rata-rata pada prapenilaian adalah 2,8 kg, dan rata-rata meningkat menjadi 2,9 kg untuk perbandingan ini dengan 9 derajat kebebasan adalah 7,7; 8,4; dan 9,8. Nilai p yang sesuai berada di urutan 0,000, yang menunjukkan berat badan neonatus meningkat secara signifikan setelah pijat punggung (17)
Judul : Efektivitas pijat oksitosin terhadap produksi asi Penulis : Sri Mukhodim Faridah Hanum, dkk Tahun publikasi : 2015 Vol. 1 ; No.1 Hal 1-6 Nama jurnal : Jurnal Midweferia Akreditasi jurnal: Sinta 4	Desain : <i>Quasy Eksperimen</i> . Sampel : 40 responden Variable : Pijat Oksitosin Instrumen : Checklist Analisis : <i>Chi square test</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil analisis dengan uji statistik <i>chi-square</i> didapatkan bahwa nilai t hitung 9,22 > t tabel 3,84 dengan demikian Ho ditolak dan H1 diterima. Hasil menunjukkan usia rata-rata ibu 20-35 tahun (92,5%), multipara (70%). sehingga hal ini dapat mendukung kecukupan produksi ASI bagi bayinya (18)

## PEMBAHASAN

Pijat oksosin sebagai salah satu solusi untuk mengatasi ketidاكلancaran produksi ASI, merupakan pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima-keenam. Pemijatan dilakukan pada ibu nifas yang ditujukan untuk merangsang hormon *prolactin* dan oksitosin setelah melahirkan. Berdasarkan hasil penelitian sebelum, dilakukan perlakuan, dan sesudah dilakukan perlakuan pijat oksitosin terdapat peningkatan produksi ASI. Pijat oksitosin dapat meningkatkan hormon *prolactin* dan oksitosin setelah melahirkan, pijatan ini dilakukan dengan durasi 3-5 menit selama 2 kali sehari, pijat oksitosin ini merangsang refleksi oksitosin atau *reflex let down*. Selain untuk merangsang *reflex let down* manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak pada

payudara (*engorgement*), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan *hormone oksitosin*, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit.

Berdasarkan hasil dari analisis jurnal penelitian, keseluruhan jurnal memiliki *p value* < 0,05, hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI, salah satu jurnal yang menyebutkan yaitu Doko (2019) bahwa produksi Air Susu Ibu (ASI) pada ibu nifas dapat ditingkatkan dengan melakukan pijat oksitosin yang dilakukan oleh suami. Hal ini yang dilihat melalui kenaikan berat badan bayi (hari), frekuensi Buang Air Besar bayi (BAB), frekuensi menyusui, lama tidur bayi, frekuensi Buang Air Kecil bayi (BAK), dan istirahat tidur ibu. Hal ini sesuai dengan analisa yang di peroleh menggunakan uji anova *p value* < 0,05.

Pijat oksitosin juga mudah dilakukan dan diingat oleh keluarga dan membutuhkan waktu yang singkat. Dukungan suami dan keluarga sangat berperan penting dalam proses kelancaran ASI, merupakan salah satu wujud cinta untuk ibu dan bayi.

Hal ini sesuai dengan pernyataan Fitriani (2019) bahwa pijat oksitosin dapat mengoptimalkan produksi ASI. Pada penelitiannya dikombinasikan dengan *hypnobreastfeeding* yaitu dengan memasukkan kalimat-kalimat afirmasi yang positif yang membantu proses menyusui. Hipnosis adalah kondisi nir sadar yang terjadi secara alami, dimana seseorang mampu menghayati pikiran dan sugesti tertentu untuk mencapai perubahan psikologis, fisik maupun spiritual yang diinginkan. *Hypnosis* dapat dilakukan jika seseorang dalam keadaan rileks yang dalam atau berkonsentrasi penuh. Pijat oksitosin dapat merangsang pengeluaran ASI, kombinasi antara pijat oksitosin dan *hypnobreastfeeding* berpeluang 7,4 kali untuk mengoptimalkan produksi ASI (9).

Keterbatasan penelitian ini diperlukan kecermatan dalam memilih referensi sumber pustaka, penelitian ini tidak dilakukan analisis statistik karena hasil penelitian menjadi heterogen untuk setiap jurnal yang dikaji, penelitian mengidentifikasi studi tidak dilakukan di tempat yang homogen, karena tempat penelitian untuk setiap jurnal penelitian berbeda.

## **SIMPULAN**

Semua jurnal penelitian (100%) menyatakan adanya pengaruh pemberian pijat oksitosin dengan peningkatan produksi ASI. Dari keseluruhan hasil analisis jurnal memiliki nilai *p value* < 0,05 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI. Dari berbagai penelitian diatas, peneliti menemukan hal baru yaitu mengkombinasikan pijat oksitosin dengan metode-metode yang lain seperti *hypnobreastfeeding*, pijat oketani, pijat endorfin dan lain-lain karena apabila dikombinasikan dengan berbagai perlakuan dapat meningkatkan produksi ASI berkali-kali lipat.

## **SARAN**

Pijat oksitosin dapat dilakukan secara mandiri oleh bidan untuk meningkatkan produksi ASI ibu nifas. Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai pijat oksitosin dengan menggunakan data primer sehingga dapat memaparkan fakta yang terjadi tentang peningkatan produksi ASI.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Kami berterima kasih kepada semua orang tua, dosen, rekan-rekan, dan institusi untuk membantu kami dalam penelitian ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

1. Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia 2019. Vol. 53. Jakarta; 2019.
2. Dinkes Malang. Dinas Kesehatan Kota Malang. Profil Kesehatan Kota Malang. Malang; 2018.

3. Afrianti I, Nasution DNR. Grak Limo : Grak Lima Meja, ASI Eksklusif,MPASI, dan Rolling Massage. 1st ed. Aceh; 2019. 18 p.
4. Apreliasari H, Risnawati. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI. 2020;5(1):48–52.
5. Yahya FD, Ahmad M, Usman AN, Sinrang AW, Alasiry E, Bahar B. Potential combination of back massage therapy and acupressure as complementary therapy in postpartum women for the increase in the hormone oxytocin. *Enferm Clin.* 2020;30:570–2.
6. Ertysukesty C. Hubungan Pijat Oksitosin Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Cikokol Kota Tangerang. *Indones Midwifery J.* 2020;4(1):11–5.
7. Sulaeman R, Lina P, Masadah, Purnamawati D. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Postpartum Primipara. *J Kesehat Prima.* 2019;13(1):1–9.
8. Doko tabita mariana, Aristiati K, Hadisaputro S. Pengaruh Pijat Oksitosin oleh Suami Terhadap Peningkatan Produksi ASI. 2019;2:66–86.
9. Ningsih F, Lestari RM. Efektifitas Kombinasi Pijat Oksitosin dan Hypno Breastfeeding terhadap Optimalisasi Produksi ASI pada Ibu Nifas. *J Surya Med.* 2019;5(1):174–87.
10. Wulandari DA, Mayangsari D. Pengaruh Pijat Oksitosin Dan Pijat Endorphin Terhadap The Effect Of Oxytocin Massage On Breast Milk Production Of Postpartum Mothers. *J Kebidanan.* 2019;XI(02).
11. Anita N, Ahmad M, Usman AN, Sinrang AW, Alasiry E, Bahar B. Potency of back message and acupressure on increasing of prolactin hormone levels in primipara postpartum; consideration for midwifery care. *Enferm Clin.* 2020;30:577–80.
12. Lestari I, Rahmawati I, Windarti E, Hariyono. Speos (Stimulation of endorphin, oxytocin and suggestive): Intervention to improvement of breastfeeding production. *Medico-Legal Updat.* 2019;19(1):210–5.
13. Buhari S, Jafar N, Multazam M. Perbandingan Pijat Oketani dan Oksitosin terhadap Produksi Air Susu Ibu pada Ibu Post Partum Hari Pertama sampai Hari Ketiga di Rumah Sakit TK II Pelamonia Makassar. *J Kesehat Delima Pelamonia.* 2018;2(2):159–69.
14. Mayasari TW, Susanti Y, PH L. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum. *J Kebidanan Kestra.* 2019;2(1):68–73.
15. Agustie PR, Hadisaputro S, Runjati R, Soejoenoes A, Mashudi ID, Widyawati MN. Effect of Oxytocin Massage Using Lavender Essential Oil on Prolactin Level and Breast Milk Production in Primiparous Mothers After Caesarean Delivery. *Belitung Nurs J.* 2017;3(4):337–44.
16. Anggorowati, Sutadi H, Setyowati, Koestoer RA. Effects of Acupoint Stimulation with Digital Massager of Oxytocin on the Breast Milk Production of Working Mothers. *Nurse Media J Nurs.* 2017;6(2):91.
17. Jogdeo BA, Bhore N. The Effect of Back Massage on Breast Feeding among Neonates who. *Int J Sci Res.* 2016;5(4):2287–90.
18. Faridah Hanum SM, Purwanti Y, Rohmah khumairoh I. Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi. *Midwiferia.* 2016;1(1):1.