

Pengaruh Kombinasi Pijat Marmet dan Pijat Oksitosin terhadap Produksi Asi pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Oesao Kabupaten Kupang

¹Ni Putu Indu Dewi Pradnyani Murti, ²Atalia Pili Mangngi, ³Bernadeta Erni,

⁴Deviserlina Babys, ⁵Fitria Atapukang, ⁶Windy Anisa Veryany Fanggi

Prodi D-III Kebidanan STIKes Maranatha Kupang^{1,2,3,4,5,6}

Email : dewimurti888@gmail.com , vitymiraldy05@gmail.com , ernibernadeta35@gmail.com ,
devybabys5@gmail.com , ataliapm90@gmail.com , windyfanggi54@gmail.com

Jl.Kampung bajawa Nasipanaf-Baumata Barat-Kab.Kupang

*Email: dewimurti888@gmail.com

Abstract. *Mother's milk (ASI) has an important role in increasing the baby's immune system and baby's weight. Breast milk production that is not strong enough causes the baby's needs to not be fulfilled and the failure of exclusive breastfeeding. Based on a survey conducted by the research and development agency in the field of Health, it was found that 46% of the inability to breastfeed occurred due to lack of breast care, 25% due to the frequency of breastfeeding less than 8x/day, 14% due to newborns (LBW), 10% premature, and 5% due to acute or chronic disease. The decrease in breast milk production during the puerperium can be caused by a lack of stimulation of the hormones prolactin and oxytocin which play a very important role in the smooth production of breast milk. Marmet massage and oxytocin massage are safe ways to stimulate the breasts to produce more milk.*

Keywords: *Breast Milk Production, Marmet Massage, Oxytocin Massage*

Abstract. Air susu ibu (ASI) memiliki peran penting dalam meningkatkan daya tahan tubuh bayi dan berat badan bayi. Produksi ASI yang tidak ade kuat menyebabkan tidak terpenuhinya kebutuhan bayi dan kegagalan pemberian ASI eksklusif. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh badan penelitian dan pengembangan di bidang Kesehatan didapatkan 46% ketidaklancaran ASI terjadi akibat perawatan payudara yang kurang, 25% akibat frekuensi menyusui yang kurang dari 8x/hari, 14% akibat Bayi Baru Lahir (BBLR), 10% akibat prematur, dan 5% akibat penyakit akut maupun kronis. Penurunan produksi ASI pada masa nifas dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormone prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI. Pijat marmet dan pijat oksitosin merupakan salah satu cara yang aman yang dapat dilakukan untuk merangsang payudara untuk memproduksi lebih banyak ASI.

Kata Kunci : *Produksi ASI, Pijat Marmet, Pijat Oksitosin*

1. LATAR BELAKANG

Air Susu Ibu (ASI) eksklusif merupakan sumber nutrisi, vitamin dan mineral terbaik untuk pertumbuhan dan perkembangan yang dibutuhkan bayi pada enam bulan pertama kehidupan tanpa tambahan cairan atau makanan apapun. ASI dapat mencegah malnutrisi karena mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh bayi dan melindungi bayi terhadap infeksi. *World Health Organization* (WHO) melaporkan berdasarkan data *Global Breastfeeding Scorecard* 2023, 48% bayi diseluruh dunia mendapatkan ASI Eksklusif selama 6 bulan. Berdasarkan Survey Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, proporsi bayi yang mendapat ASI Eksklusif di Indonesia pada tahun 2023 adalah 55,5% untuk bayi usia 0-6 bulan, sementara target Indonesia dalam pemberian ASI eksklusif yaitu sebesar 80% artinya Indonesia masih berada di bawah target pemberian ASI eksklusif sebesar 25,5%.

Secara nasional di Indonesia cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2023 yaitu sebesar 55,5%. Renstra tahun 2023 – 2026 tentang cakupan ASI Eksklusif yaitu 80%.⁽⁴⁾

Sedangkan persentase cakupan pemberian ASI eksklusif pada Provinsi Nusa Tenggara Timur (79,7 %). Menyusui adalah suatu proses alamiah, berjuta-juta ibu diseluruh dunia berhasil menyusui bayinya tanpa pernah membaca buku tentang ASI. Bahkan ibu yang buta huruf sekalipun dapat menyusui anaknya dengan baik. Walaupun demikian, dalam lingkungan kebudayaannya kita saat ini melakukan hal yang alamiah tidaklah selalu mudah.

Air Susu Ibu (ASI) eksklusif berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral). Penurunan produksi ASI pada masa nifas dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormone prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI. Peranan ASI bagi bayi yang baru lahir sudah tidak diragukan lagi, namun masih banyak ibu yang belum bisa memberikan ASI-nya langsung kepada anaknya setelah bayi lahir

Perawatan payudara pada masa nifas merupakan suatu usaha yang dilakukan agar kondisi payudara baik, demi mencapai keberhasilan menyusui. Perawatan payudara pada masa nifas bertujuan memperbanyak atau memperlancar produksi ASI. Perawatan payudara bermanfaat merangsang payudara dan mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan hormon oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI. Metode yang dapat digunakan untuk memperlancar produksi ASI dapat diterapkan secara praktis oleh ibu atau keluarga di rumah yaitu teknik memerah ASI yang mempergunakan tangan dan jari karena praktis, efektif dan efisien. Pijat marmet dan pijat oksitosin merupakan salah satu cara yang aman yang dapat dilakukan untuk merangsang payudara untuk memproduksi lebih banyak ASI.

Berdasarkan survey awal yang telah dilakukan peneliti, pada ibu nifas yang menyusui di wilayah kerja Puskesmas Oesao, dari 10 ibu nifas yang menyusui 3 diantaranya berhasil memberikan ASI kepada bayinya, tanpa memberikan tambahan makanan atau minuman lain, namun ada 7 ibu nifas lainnya mengeluhkan adanya masalah dalam pemberian ASI eksklusif dikarenakan produksi ASI yang sedikit, hal ini menyebabkan ibu memberikan susu formula kepada bayinya.

Mengingat pentingnya produksi ASI pada awal masa menyusui terhadap keberhasilan proses menyusui, peneliti merasa perlu untuk menerapkan pijat marmet dan pijat oksitosin guna meningkatkan produksi ASI sehingga judul penelitian yang diambil adalah “Pengaruh Kombinasi Pijat Marmet dan Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI ibu Nifas di wilayah kerja Puskesmas Oesao”.

2. KAJIAN TEORITIS

Berdasarkan beberapa hasil penelitian yaitu dari Lubis, 2024 berasumsi bahwa pemberian kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet dapat dijadikan sebagai solusi terbaik untuk dapat mengatasi masalah atau keluhan menyusui dan pengeluaran ASI sedikit yang sering terjadi pada minggu pertama postpartum khususnya ibu primipara sehingga pengeluaran ASI dapat menjadi lancar dan bayi juga bisa mendapatkan ASI Eksklusif secara dini sejak awal kelahiran. Penelitian selanjutnya dari Candar, dkk. 2020 mengatakan bahwa ibu post partum yang diberikan teknik marmet sebagian besar produksi ASI dengan kategori banyak meningkat.

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *quasi eksperimen*. Pada penelitian ini, peneliti memberikan perlakuan kombinasi pijat marmet dan pijat oksitosin untuk mengetahui peningkatan produksi ASI pada ibu Nifas. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasy experiment*) dengan rancangan *one grup pretest-posttest*. Peneliti ini bertujuan memberikan perlakuan kombinasi pijat marmet dan pijat oksitosin untuk mengetahui peningkatan produksi ASI pada ibu Nifas. Observasi dilakukan dua kali yaitu sebelum perlakuan (O1) disebut pretest, dan sesudah eksperimen (O2) disebut posttest.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas di Puskesmas Oesao pada bulan April – Agustus 2021 berjumlah 46 orang. Sampel adalah bagian atau jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel yang diambil adalah seluruh ibu nifas dan dalam penelitian ini harus memenuhi kriteria inklusi dan tidak termasuk kriteria eksklusi. Penentuan besar sampel dilakukan dengan menggunakan rumus Federer.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan dengan cara melakukan observasi jumlah produksi ASI dimana ibu menyusui bayinya terlebih dahulu kemudian payudara dikosongkan selama 2 jam dengan cara payudara di pompa kemudian di ukur menggunakan gelas ukur sebelumnya (pretest) setelah itu dilakukan kombinasi pijat marmet dan pijat oksitosin selama 15 - 20 menit, kemudian setelah 2 jam tampung kembali ASI ibu (posttest). Penelitian ini dilakukan pada pagi atau sore hari selama 6 hari.

Analisa penelitian yang dilakukan yaitu menganalisis gambaran dari karakteristik subjek penelitian dan masing – masing variabel yaitu setelah dilakukan intervensi pijat marmet dan

pijat oksitosin. Selanjutnya dilakukan uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnova dengan hasil 0,008 dan Shapiro-Wilk dengan hasil 0,007 yang berarti data berdistribusi normal sehingga uji yang digunakan adalah Paired T – Test. Bab ini akan menguraikan hasil penelitian berupa analisis univariat dan bivariat.

1. Analisa Univariat

Tabel 1. Deskripsi Statistik Produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan Kombinasi Pijat Marmet dan Pijat Oksitosin terhadap ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Oesao

Pemberian Pijat Marmet	N	Mean	Median	Std. Deviasi	Min	Max
Sebelum	18	19,17	20,00	3,930	15	25
Sesudah	18	41,11	45,00	12,073	25	60

Berdasarkan tabel 1. diatas maka dapat diketahui bahwa rata-rata produksi ASI sebelum pemberian kombinasi pijat marmet dan pijat oksitosin mempunyai nilai mean 19,17, nilai median 20,00, nilai standar deviasi 3,930, nilai minimum 15, dan nilai maximum 25. Sedangkan rata-rata produksi ASI setelah pemberian kombinasi pijat marmet dan pijat oksitosin mempunyai nilai mean 0,33, nilai median 45,00, nilai standar deviasi 12,073, nilai minimum 25, dan nilai maximum 60.

2. Analisa Bivariat

Sebelum dilakukan analisis data, perlu diuji distribusi kenormalannya. Uji normalitas data pada penelitian ini menggunakan metode Shapiro wilk. Uji Shapiro Wilk umumnya dipakai untuk sampel yang jumlah kecil < 50 . Data dikatakan berdistribusi normal (simetris) dalam uji Shapiro Wilk jika nilai p (sig) > 0.05 . Uji normalitas bertujuan untuk menentukan alat ukur yang akan digunakan dalam analisa bivariate, uji normalitas data menggunakan Shapiro wilk karena jumlah responden dalam penelitian ini kurang < 50 . Hasil yang diperoleh dapat diuraikan sebagai berikut:

Tabel 2. Uji Normalitas Produksi ASI Pada Ibu nifas Sebelum Dan Sesudah Dilakukan kombinasi Pijat Marmet dan Pijat Oksitosin Di Puskesmas Oesao.

Variable	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig
Pretest	0.804	18	0.002
Posttest	0.847	18	0.007

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk maka di ketahui bahwa jumlah produksi ASI pada ibu nifas sebelum diberikan kombinasi pijat marmet dan pijat oksitosin adalah nilai p -value 0,002 yang berarti data tersebut lebih kecil dari 0,05 maka data

berdistribusi tidak normal, sedangkan data sesudah dilakukan test didapatkan 0,007 yang mana nilainya lebih kecil dari 0,05 artinya data tidak berdistribusi secara normal sehingga uji yang digunakan adalah uji kolerasi Wilcoxon signed ranks test dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 3. Pengaruh kombinasi Pijat Marmet dan Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada ibu Nifas di wilayah kerja Puskesmas Oesao.

Uji Wilcoxon				
Variabel	Mean	Sum	Z	P- Value
Pretest	.00	.00		
Posttest	9.50	171.00	-3.748	.000

Uji Wilcoxon Mann Whitney U Test didapatkan hasil p-value = 0,000 yang menunjukkan kurang dari $< 0,05$ maka H_a diterima, sedangkan setelah kombinasi pijat marmet dan pijat oksitosin nilai p-value 9,50 dengan jumlah rata-rata 171.00, sehingga dapat terlihat adanya perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan kombinasi pijat marmet dan pijat oksitosin, selain itu dapat nilai Z sebesar -3,748 atau p value 0,000 yang berarti ada pengaruh terhadap produksi ASI pada ibu nifas saat dilakukan Pijat Marmet dan Pijat Oksitosin.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian didapat bahwa jumlah produksi ASI sebelum dilakukan kombinasi pijat marmet dan pijat oksitosin menunjukkan bahwa dari 18 responden penelitian adalah 19,17 ml dengan standar deviasi 3,930. Jumlah produksi ASI sesudah dilakukan kombinasi pijat marmet dan pijat oksitosin menunjukkan bahwa dari 18 responden penelitian adalah 41,11 ml dengan standar deviasi 12,073. Ada pengaruh kombinasi kombinasi pijat marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja puskesmas Oesao. Peneliti mengharapkan pada ibu nifas dan ingin menyampaikan saran kepada institusi, tenaga kesehatan, dan peneliti selanjutnya agar dapat lebih aktif dan mencari informasi atau memahami dan mengimplementasikan terkait penanganan non farmakologi apa saja yang bisa meningkatkan produksi ASI dan menerapkan penanganan tersebut dengan benar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami untuk Institusi STIKes Maranatha Kupang yang telah mendukung penuh kegiatan penilitan ini sehingga dapat berjalan dengan baik. Terimakasih untuk puskesmas oesao yang juga telah memberikan kami kesempatan untuk melakukan penelitian pada wilayah kerja Puskesmas Oesao. Untuk Ibu Kaprodi D-III Kebidanan dan

semua dosen terkhusus tim peneliti yang telah mendukung dan berjuang bersama menyelesaikan penelitian ini.

DAFTAR REFERENSI

- Amita, D., Fernalia, F., & Yulendasari, R. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi sectio caesarea Di Rumah Sakit Bengkulu. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 12(1), 26- 28.
- Bahiyatun. (2016). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal. Jakarta: EGC.
- Dinkes NTT. 2018. *Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur*. Dinas Kesehatan Nusa Tenggara Timur. Kupang (*Profil KS Provinsi NTT, 2018*)
- Doko, T. M., Aristiati, K., & Hadisaputro, S. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Oleh Suami Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(2), 66–86.
- Faizatul Ummah (2014). Pijat Oksitosin Untuk Mempercepat Pengeluaran ASI. Pada Ibu Pasca Salin Normal. *Jurnal Surya Volume 2 Nomor 18*, (121-. 125)
- Intan Luvita Chandra, Dewi Kurniati, Shinta Novelia. 2020. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*, Vol. 3, No. 1, Juli 2020. Pengaruh Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum
- Irianti, E. (2022). Pijat Oksitosin Berperan Memperlancar Pengeluaran Air Susu Pada Ibu Postpartum Primipara. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 13, 169–171
- Italia, & Yanti, M. S. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Bpm Meli R. Palembang Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 9(17), 37–46.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Profil kesehatan Indonesia 2021*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementrian Kesehatan RI. 2020. *Profil Kesehatan Indonesia 2019*. Jakarta: Kemenkes RI (*Profil Kesehatan Indonesia, 2019*)
- Kholisotin, Munir, Z., Astutik, L. Y., & Jadid, N. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum Primipara Di RSIA Srikandi IBI. *Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)*, 7(2).
- Lestari, N. (2017). Pijat Oksitosin Pada Ibu Postpartum Primipara Terhadap Produksi Asi Dan Kadar Hormon Oksitosin. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*, 4(2), 120–124. <https://doi.org/10.26699/jnk.v4i>
- Mardiyaningsih, Eko. 2010. Efektifitas Kombinasi Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Post Seksio Sesarea DI Rumah Sakit Wilayah Jawa Tengah. Tesis. FK UI

Pangestu, Saras, dkk. 2017. Jurnal Pengaruh Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Ibu Post Partum Normal Di Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang. STIKES Telogorejo *Semarang* (Nugroho, Nurrezki, Warnaliza, & Willis, 2014).

Sulistyaningsih. 2011. Metodologi Penelitian Kebidanan Kuantitatif Kualitatif. Yogyakarta: Nuha Medika.

Tika Lubis, Linda Rofiasari. 2024. Jurnal Sagi Gizi dan Kesehatan. Pengaruh kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet terhadap produksi ASI ibu postpartum primipara. Vol. 5(3) 687-692