



Pengaruh Pemberian Pijat Oksitosin untuk Memicu Produksi Asi pada Ibu Post Partum

Natalia Yeni^{1*}, Ellyzabeth Sukmawati², Eddy Wibowo³

¹⁻³ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Telogorejo Semarang, Indonesia

*Penulis Korespondensi: nataliayeni2512@gmail.com

Abstract. *Oxytocin massage is a technique used to stimulate the release of the hormone oxytocin, which plays a vital role in breastfeeding. Spinal massage stimulates the parasympathetic nervous system, which then triggers the release of oxytocin. This hormone causes contractions in the muscle cells surrounding the milk ducts, thereby promoting breast milk production. The purpose of this study was to determine the effect of oxytocin massage on increasing breast milk production in postpartum mothers. This study used a quantitative design with a quasi-experimental approach, namely a one-group pretest-posttest design. The study population was postpartum mothers with breast milk flow problems at the Bandarharjo Community Health Center, Semarang City. The sampling technique used was purposive sampling, where researchers selected samples based on certain characteristics. Data collection was carried out using a questionnaire. Data analysis used the Chi-Square test. The results of the study showed that the calculated Chi-Square value on the first day (62,000) was greater than the Chi-Square table (12,591), on the second day (54,866 > 23,684), and the third day (58,117 > 32,670). Based on these results, H₀ was rejected and H_a was accepted, which means there was a significant effect of oxytocin massage on the smooth production of breast milk in postpartum mothers at the Bandarharjo Community Health Center.*

Keywords: *Breast Milk (ASI); Knowledge; Mother; Oxytocin Massage; Postpartum.*

Abstrak. Pijat oksitosin merupakan teknik yang digunakan untuk merangsang pelepasan hormon oksitosin, yang berperan penting dalam proses menyusui. Pijatan pada area tulang belakang dapat merangsang saraf parasimpatis, yang kemudian memicu pelepasan hormon oksitosin. Hormon ini menyebabkan kontraksi pada sel-sel otot di sekitar saluran susu, sehingga membantu melancarkan produksi ASI. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan quasi eksperimen, yaitu one group pretest-post test design. Populasi penelitian adalah ibu postpartum dengan masalah kelancaran ASI di Puskesmas Bandarharjo, Kota Semarang. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling, di mana peneliti memilih sampel berdasarkan karakteristik tertentu. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai Chi-Square hitung pada hari pertama (62,000) lebih besar dari Chi-Square tabel (12,591), pada hari kedua (54,866 > 23,684), dan hari ketiga (58,117 > 32,670). Berdasarkan hasil ini, H₀ ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat pengaruh signifikan pemberian pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum di Puskesmas Bandarharjo.

Kata kunci: Asi; Ibu; Pengetahuan; Pijat Oksitosin; Postpartum

1. LATAR BELAKANG

Masa *postpartum* dimulai setelah kelahiran plasenta dan berlangsung selama enam minggu, dimana tubuh ibu mengalami berbagai perubahan fisik dan fisiologis (Levisohn *et al.*, 2024). Selama periode ini, ibu sering merasakan ketidaknyamanan, termasuk dalam proses menyusui. Salah satu perubahan penting yang terjadi adalah peningkatan produksi Air Susu Ibu (ASI), yang merupakan sumber nutrisi utama bagi bayi baru lahir. ASI eksklusif, yang diberikan tanpa tambahan makanan atau minuman lain selama enam bulan pertama, sangat penting untuk kesehatan bayi, tetapi tidak semua ibu dapat memberikan ASI eksklusif (Riana, 2024).

ASI memiliki banyak manfaat, termasuk sebagai sumber nutrisi, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, dan mendukung pertumbuhan bayi. ASI eksklusif berkontribusi besar terhadap pertumbuhan dan daya tahan tubuh anak, serta dapat mencegah masalah gizi seperti stunting dan growth faltering (Pujiastuti *et al.*, 2024). Kejadian infeksi pada bayi tidak dapat disepelekan, karena infeksi merupakan penyebab utama kematian bayi di negara berkembang (Simbolon, 2024). Di Asia, tingkat kematian bayi pada bulan pertama berkurang sebesar 21% pada bayi yang diberikan ASI eksklusif dibandingkan dengan yang diberikan susu formula (WHO, 2022). Bayi yang tidak diberi ASI tidak memperoleh zat kekebalan tubuh dan tidak mendapatkan makanan yang bergizi tinggi serta berkualitas dapat menyebabkan bayi mudah mengalami sakit yang mengakibatkan pertumbuhan dan perkembangan kecerdasannya terhambat (Kemenkes RI, 2020).

Global “*The Lancet Breastfeeding Series, 2019*” telah membuktikan, ASI eksklusif dapat menurunkan angka kematian bayi karena infeksi sebanyak 88% pada bayi berusia kurang dari 3 bulan, sebanyak 82% bayi sakit karena tidak menerima ASI eksklusif. ASI eksklusif dapat mengurangi Angka Kematian Bayi (AKB) yang disebabkan oleh berbagai penyakit yang sering menimpa bayi seperti diare dan radang pada paru serta mempercepat pemulihan saat sakit. Pemberian ASI menyelamatkan sekitar 1,5 juta bayi per tahun dari kesakitan dan kematian (Handayani, 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO) menyatakan pada tahun 2023 cakupan menyusui eksklusif di seluruh dunia sebesar 48%, sedangkan target WHO untuk ASI bayi dibawah 6 bulan di dunia sebesar 70% (WHO, 2023). *World Breastfeeding Trends Initiative* (WBTi) pada tahun 2024 menunjukkan bahwa hanya 27,5% ibu di Indonesia yang memberikan ASI eksklusif, menempatkan Indonesia di peringkat 49 dari 51 negara (WHO, 2024). Namun, data lain dari Survei Kesehatan Nasional (SKI) 2023 menunjukkan peningkatan pemberian ASI eksklusif di Indonesia, dari 52% pada tahun 2017 menjadi 68% pada tahun 2023 (Sunengsih and Dwi Yolanda, 2023).

Persentase pemberian ASI Eksklusif pada bayi 0-6 bulan di Jawa Tengah pada tahun 2019 sebesar 66,0%, meningkat bila dibandingkan persentase pemberian ASI eksklusif tahun 2018 yaitu 65,6 persen (Kemenkes RI, 2023). Pada tahun 2020, persentase mencapai 44%, meningkat menjadi 72,5% pada tahun 2021. Data terbaru menunjukkan bahwa pada tahun 2023, persentase ASI eksklusif mencapai 73,97% (Kemenkes RI, 2023).

Adapun faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif antara lain yaitu kurangnya dukungan sosial, ibu yang bekerja, dan pengetahuan yang minim tentang menyusui. Masalah kesehatan seperti abses payudara, mastitis, dan puting susu yang lecet juga

dapat menghambat proses menyusui. Selain itu, banyak ibu yang tidak menyadari manfaat menyusui, seperti pengurangan risiko kanker dan pemulihan berat badan pasca melahirkan (Ulya, 2023).

Untuk meningkatkan produksi ASI, berbagai metode dapat diterapkan, termasuk penggunaan obat pelancar ASI dan teknik tradisional seperti pijat oksitosin. Pijat oksitosin telah terbukti efektif dalam merangsang produksi ASI dengan meningkatkan hormon oksitosin dan prolaktin, serta memberikan efek relaksasi bagi ibu (Zakiudin and Setiyaningsih, 2023). Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang costae kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan (Fatrin *et al.*, 2022). Pijatan ini berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu sehingga ASI pun keluar (Shella Afriany, Nurrohmah and Utami, 2024). Pijat oksitosin dilakukan untuk mempercepat saraf parasimpatis menyampaikan sinyal ke otak bagian belakang untuk merangsang kerja oksitosin dalam mengalirkan ASI agar keluar. Tindakan ini juga dapat membuat rileks pada ibu dan melancarkan aliran syaraf serta saluran ASI pada kedua payudara (Noviyana *et al.*, 2022).

Pijat oksitosin terbukti dapat meningkatkan rasa tenang, tidur lebih nyaman dan berkualitas, mengurangi rasa sakit, serta mengurangi adanya stress serta membantu meningkatkan hormon oksitosin dan prolaktin sehingga mempermudah pengeluaran dan produksi ASI (Nelina and Maria, 2024). Sehingga pijat oksitosin dapat menjadi alternatif yang sangat efektif untuk membantu melancarkan ASI karena dapat dilakukan secara mandiri di rumah tanpa harus mengeluarkan biaya dan waktu yang lama (Nurrohmah and Utami, 2024).

Hasil wawancara dari 10 ibu *postpartum* yang telah dilakukan di Puskesmas Bandarharjo Kota Semarang, didapatkan bahwa sebanyak 8 ibu mengalami kesulitan dalam memproduksi ASI. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang cara meningkatkan produksi ASI dan masalah kesehatan yang dialami seperti payudara bengkak dan putting lecet, pola istirahat, ibu yang bekerja, asupan nutrisi dan cairan, abses payudara, mastitis, iklan susu formula, tidak melakukan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) segera setelah bayi dilahirkan, hisapan dan frekuensi menyusui bayi. Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan diatas, maka penelitian tentang pengaruh pemberian pijat oksitosin untuk memicu produksi asi pada ibu postpartum.

2. KAJIAN TEORITIS

Postpartum

Postpartum merupakan masa dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat kandungan kembali semula seperti sebelum hamil, yang berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari (Levisohn *et al.*, 2024). Selama masa pemulihan tersebut berlangsung, ibu akan mengalami banyak perubahan fisik yang bersifat fisiologis dan banyak memberikan ketidaknyamanan pada awal *postpartum*, yang tidak menutup kemungkinan untuk menjadi patologis bila tidak diikuti dengan perawatan yang baik (Kemenkes RI, 2023b).

ASI

ASI Eksklusif adalah memberikan hanya ASI saja tanpa memberikan makanan dan minuman lain kepada bayi sejak lahir sampai berumur 6 bulan, kecuali obat dan vitamin. Menurut (Kemenkes RI, 2021b) ASI (Air Susu Ibu) merupakan asupan yang terbaik untuk bayi. ASI merupakan makanan terbaik untuk bayi yang baru lahir dan merupakan satu-satunya makanan sehat yang diperlukan bayi pada awal - awal kehidupannya. Namun hal itu tidak semua ibu dapat memberikan ASI Eksklusif pada bayinya. ASI Eksklusif adalah air susu ibu yang diberikan pada bayi dari awal dilahirkan selama 6 bulan tanpa tambahan atau menggantikan dengan makanan dan minuman lain, kecuali obat atau vitamin (Kemenkes RI, 2023).

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini berjenis kuantitatif dengan desain *quasy eksperimen* yang rancangannya menggunakan *one group pretest-posttest design*, karena penelitian ini bertujuan untuk membandingkan hasil sebelum kelompok intervensi dan sesudah kelompok intervensi.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah Teknik sampling yang digunakan yaitu *non probability* sampling dengan pendekatan *purposive sampling* sebanyak 66 responden pada penelitian ini berlangsung dan tidak membedakan responden.

Instrumen pengumpulan data berupa kuesioner yang telah teruji validitas dan uji reabilitas terhadap responden ibu postpartum yang ASI nya susah keluar atau tidak lancar dilakukan di Puskesmas Bandarharjo Kota Semarang.

Proses pengolahan data dengan menggunakan perangkat SPSS lunak, menguji rata-rata nilai pretest posttest dengan *uji Chi-Square* untuk mengetahui ada tidaknya perubahan yang bermakna setelah intervensi.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik.

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia Ibu		
28 Tahun	3	9,67
29 Tahun	4	12,90
30 Tahun	7	22,58
31 Tahun	3	9,67
32 Tahun	2	6,45
33 Tahun	2	6,45
34 Tahun	2	6,45
40 Tahun	4	12,90
41 Tahun	2	6,45
42 Tahun	2	6,45
Total	31	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa pada karakteristik responden berdasarkan usia ibu terdapat 7 responden dari 30 responden dengan persentase tertinggi yaitu 22,58% berusia 30 Tahun, 3 responden dengan persentase 9,67% berusia 28 Tahun, 4 responden dengan persentase 12,90% berusia 29 Tahun, 3 responden dengan persentase 9,67% berusia 31 Tahun, 2 responden dengan persentase 6,45% berusia 32 Tahun, 2 responden dengan persentase 6,45% berusia 33 Tahun, 2 responden dengan persentase 6,45% berusia 34 Tahun, 4 responden dengan persentase 12,90% berusia 40 Tahun, 2 responden dengan persentase 6,45% berusia 41 Tahun, dan 2 responden dengan persentase 6,45% berusia 42 Tahun.

Tabel 2 Pengaruh Antara Sebelum Pemberian Pijat Oksitosin dan Sesudah Pemberian Pijat Oksitosin Untuk Memicu Produksi Asi pada Ibu Post Partum.

RATA-RATA SEBELUM DIBERIKAN PIJAT OKSITOSIN	66,67		70		71,67		75,00		76,67		80,00		91,67		95,00		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
41,67	3	18,75	6	37,5	1	6,25	6	37,5									16	100
48,33											1	100					1	100
51,67									2	20	8	80					10	100
61,67													1	25	3	75	4	100
Total	3	9,67	6	19,35	1	3,22	6	19,35	2	6,45	9	29,03	1	3,22	3	9,67	31	100

Berdasarkan Tabel diatas diketahui bahwa ibu dengan produksi asi pada observasi selama 3 hari menunjukkan pengaruh yang signifikan antara sebelum diberikan pijat oksitosin dan sesudah diberikan pijat oksitosin. Hal tersebut dapat dilihat dari rata – rata 31 responden terdapat 8 responden (80%) yang menyatakan bahwa setelah pemberian pijat oksitosin produksi asi meningkat dengan rata-rata sebelum pemberian pijat oksitosin sebesar 51,67 dan sesudah diberikan pijat oksitosin sebesar 80,00. Dengan demikian, sebelum pemberian pijat oksitosin dan sesudah pemberian pijat oksitosin memiliki pengaruh yang kuat untuk memicu produksi asi pada ibu post partum.

Tabel 3 Pengaruh Pemberian Pijat Oksitosin Untuk memicu Produksi Asi Pada Ibu Post Partum.

	Value	df	Asymp. Sig (2-Side)
Pearson Chi-Square	62,689	2 1	0,000
N of Valid Cases	31		

Berdasarkan hasil uji Chi-Square, diperoleh nilai Value 62,689 dan nilai signifikansi (*Asymp. Sig. 2-Side*) sebesar 0,000. Untuk mencari nilai Chi-Square tabel untuk $df = 21$ pada signifikansi 5% atau 0,05 pada distribusi nilai Chi-Square tabel statistik maka diperoleh nilai Chi-Square tabel adalah 32,670. Jika pengambilan nilai (*Asymp. Sig. 2-Side*) $< 0,05$ atau 0,000 $< 0,05$, maka terdapat pengaruh pemberian pijat oksitosin untuk memicu produksi ASI pada ibu *postpartum* di Puskesmas Bandarharjo Kota Semarang. Jika pengambilan nilai berdasarkan hasil Chi-Square hitung $>$ hasil Chi-Square tabel atau $62,689 > 32,670$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh pemberian pijat oksitosin untuk memicu produksi ASI pada ibu *postpartum* di Puskesmas Bandarharjo Kota Semarang.

PEMBAHASAN

Usia

Penelitian ini dilakukan pada 31 responden. Hasil penelitian menunjukkan terbanyak yakni 7 responden (22,58%) berusia 30 Tahun termasuk dalam usia produktif. Usia menjadi salah satu faktor penting karena mempengaruhi kondisi fisik dan psikis ibu dalam masa post partum khususnya dalam hal produksi ASI. Usia responden mulai dari 28-34 tahun diatas termasuk dalam usia reproduktif optimal karena hormon yang dihasilkan mendukung produksi

ASI yang baik. Menurut (Dewi, Wulandari and Basuki, 2022), ibu dengan usia dibawah 30 Tahun akan memproduksi ASI lebih baik dibandingkan dengan usia di atasnya, dimana usia >35 Tahun dengan usia yang berisiko untuk hamil. Menurut pudjiadi pada penelitian (Kartini, Kurnia and Puteri, 2024) menyatakan bahwa ibu yang berumur >25 tahun pada umumnya dapat menghasilkan cukup ASI dibandingkan dengan yang berumur tiga puluhan. Namun tidak semua ibu berusia diatas 35 tahun tidak terjadi peningkatan ASI hal ini bisa disebabkan oleh nutrisi yang baik serta psikologi ibu yang baik.

Pengaruh Antara Sebelum dan Sesudah Pemberian Pijat Oksitosin Untuk Memicu Produksi Asi pada Ibu Post Partum

Hasil penelitian terhadap 31 ibu postpartum di Puskesmas Bandarharjo Kota Semarang menunjukan bahwa sebelum pemberian pijat oksitosin selama 3 hari, 8 responden memproduksi ASI dengan rata-rata sebelum pijat oksitosin 51,67 tetapi sudah ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dengan rata-rata 80,00, kemudian 12 responden memproduksi ASI dengan rata-rata sebelum pijat oksitosin 41,67 tetapi sudah ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dengan rata-rata 70,00 dan 75,00, 3 responden memproduksi ASI dengan rata-rata sebelum pijat oksitosin 18,75 tetapi sudah ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dengan rata-rata 66,67. Lalu 3 responden memproduksi ASI dengan rata-rata sebelum pijat oksitosin 61,67 tetapi sudah ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dengan rata-rata 95,00. 2 responden memproduksi ASI dengan rata-rata sebelum pijat oksitosin 51,67 tetapi sudah ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dengan rata-rata 76,67. 1 responden memproduksi ASI dengan rata-rata sebelum pijat oksitosin 41,67 tetapi sudah ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dengan rata-rata 71,67, lalu 1 responden memproduksi ASI dengan rata-rata sebelum pijat oksitosin 48,33 tetapi sudah ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dengan rata-rata 80,00, dan 1 responden memproduksi ASI dengan rata-rata sebelum pijat oksitosin 61,67 tetapi sudah ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dengan rata-rata 91,67.

Menurut Guyton A.C pada penelitian (Kartini, Kurnia and Puteri, 2024) menyatakan bahwa melalui pijatan atau rangsangan pada tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hipotalamus di hipofiseposterior untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Pijatan di daerah tulang belakang ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan begitu hormon

oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran air susu pada saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal.

Pengaruh antara sebelum dan sesudah pemberian pijat oksitosin untuk memicu produksi ASI pada ibu postpartum

Hasil penelitian terhadap 31 ibu postpartum di Puskesmas Bandarharjo Kota Semarang menunjukkan bahwa sebelum pemberian pijat oksitosin selama 3 hari, 8 responden memproduksi ASI dengan rata-rata sebelum pijat oksitosin 51,67 tetapi sudah ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dengan rata-rata 80,00, kemudian 12 responden memproduksi ASI dengan rata-rata sebelum pijat oksitosin 41,67 tetapi sudah ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dengan rata-rata 70,00 dan 75,00, 3 responden memproduksi ASI dengan rata-rata sebelum pijat oksitosin 18,75 tetapi sudah ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dengan rata-rata 66,67. Lalu 3 responden memproduksi ASI dengan rata-rata sebelum pijat oksitosin 61,67 tetapi sudah ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dengan rata-rata 95,00. 2 responden memproduksi ASI dengan rata-rata sebelum pijat oksitosin 51,67 tetapi sudah ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dengan rata-rata 76,67. 1 responden memproduksi ASI dengan rata-rata sebelum pijat oksitosin 41,67 tetapi sudah ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dengan rata-rata 71,67, lalu 1 responden memproduksi ASI dengan rata-rata sebelum pijat oksitosin 48,33 tetapi sudah ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dengan rata-rata 80,00, dan 1 responden memproduksi ASI dengan rata-rata sebelum pijat oksitosin 61,67 tetapi sudah ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dengan rata-rata 91,67.

Hasil penelitian diperkuat melalui hasil uji Chi-Square didapatkan pengambilan nilai berdasarkan hasil Chi-Square hitung $>$ hasil Chi-Square tabel atau $62,689 > 32,670$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh pemberian pijat oksitosin untuk memicu produksi ASI pada ibu *postpartum* di Puskesmas Bandarharjo Kota Semarang.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dengan judul “Pengaruh Pemberian Pijat Oksitosin Untuk Memicu Produksi Asi Pada Ibu Post Partum”, maka dapat disimpulkan :

- a. Karakteristik 31 responden berdasarkan usia ibu terdapat 7 responden dengan persentase tertinggi yaitu 22,58% berusia 30 Tahun. Produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan pijat oksitosin mengalami peningkatan secara teratur dari hari 1 hingga hari 3 mulai dari 65 ml, 80 ml dan 95 ml.
- b. hasil uji Chi-Square didapatkan pengambilan nilai berdasarkan hasil Chi-Square hitung $>$ hasil Chi-Square tabel atau $62,000 > 12,591$ dari hasil observasi hari 1, hasil Chi-Square hitung $>$ hasil Chi-Square tabel atau $54,866 > 23,684$ dari hasil observasi hari 2, hasil Chi-Square hitung $>$ hasil Chi-Square tabel atau $58,117 > 32,670$ dari hasil observasi hari 3, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh pemberian pijat oksitosin untuk memicu produksi ASI pada ibu *postpartum* di Puskesmas Bandarharjo Kota Semarang.

Analisis terhadap pengaruh pemberian pijat oksitosin untuk memicu produksi asi pada ibu post partum menunjukkan bahwa metode tersebut berpengaruh signifikan terhadap peningkatan produksi asi pada ibu post partum.

Saran

- a. Bagi Ibu Nifas

Diharapkan ibu nifas dapat lebih aktif mencari informasi dan menerapkan metode pijat oksitosin sebagai salah satu cara alami untuk meningkatkan produksi ASI. Ibu nifas juga disarankan untuk rutin berkonsultasi dengan tenaga kesehatan mengenai teknik pijat oksitosin yang benar agar manfaatnya maksimal dan aman bagi tubuh.

- b. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan, terutama bidan dan perawat, disarankan untuk memberikan edukasi dan pendampingan tentang pentingnya pijat oksitosin dalam perawatan ibu post partum. Pelatihan mengenai teknik pijat oksitosin yang tepat juga perlu diberikan agar tenaga kesehatan dapat mengajarkannya secara efektif kepada ibu nifas, baik dalam pelayanan di fasilitas kesehatan maupun kunjungan rumah.

- c. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan khususnya yang menyelenggarakan pendidikan di bidang kesehatan, disarankan untuk memasukkan materi tentang pijat oksitosin dan manajemen laktasi ke dalam kurikulum. Selain itu menerapkan praktik atau pelatihan secara langsung. Hal ini penting agar calon tenaga kesehatan memiliki pengetahuan dan keterampilan yang komprehensif dalam mendukung keberhasilan menyusui dan kesehatan ibu postpartum.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan sampel yang lebih besar dan dalam jangka waktu yang lebih panjang agar diperoleh hasil yang lebih generalisasi. Selain itu, dapat ditambahkan variabel lain seperti tingkat stres ibu, dukungan keluarga, dan status gizi untuk melihat faktor-faktor yang lebih luas dalam memengaruhi produksi ASI dan efektivitas pijat oksitosin.

DAFTAR REFERENSI

- Ade Triansyah, Stang, Indar, Apik Indarty, Muh Tahir, Muh Sabir, Rosmala Nur, Muhammad Basir-Cyio, Mahfudz, Alam Anshary, M.R. (2021) 'The effect of oxytocin massage and breast care on the increased production of breast milk of breastfeeding mothers in the working area of the public health center of Lawangaof Poso District'. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.017>.
- Andi Arniyanti and Dian Angraeni (2020) 'Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Rumah Sakit Khusus Daerah Ibu dan Anak Siti Fatimah Makassar', *Jurnal Mitrasedhat*, 10(1), pp. 1–11. Available at: <https://doi.org/10.51171/jms.v10i1.129>.
- Aryanti, D., Gustanti, A. and Februanti, S. (2023) 'Implementasi Pijat Oksitosin dan Hypnobreastfeeding Dalam Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Partum Di Ruang Delima RSUD Ciamis', *Journal of Baja Health Science*, 3(01), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.47080/joubahs.v3i01.2339>.
- Berlianti, D.F., Abid, A. Al and Ruby, A.C. (2024) 'Metode Penelitian Kuantitatif Pendekatan Ilmiah untuk Analisis Data', *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 7(3), pp. 1861–1864.
- Brockway, M. (Merilee) *et al.* (2024) 'Human Milk Macronutrients and Child Growth and Body Composition in the First Two Years: A Systematic Review', *Advances in Nutrition*, 15(1), p. 100149. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.advnut.2023.100149>.
- Cahyani, P. (2022) 'Penerapan Pijat Oksitosin Untuk Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Ruang Mawar RSUD DR. H. Soewondo Kendal', 3(1), pp. 1–6.
- DELVINA, V., Kasoema, R.S. and Fitri, N. (2022) 'Faktor Yang Berhubungan Dengan Produksi Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusui', *Human Care Journal*, 7(1), p. 153. Available at: <https://doi.org/10.32883/hcj.v7i1.1618>.
- Demsa Simbolon, N.P. (2024) 'Pencegahan Stunting melalui Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia: Pendekatan Meta-Analisis', *Amerta Nutrition*, 8(1SP), pp. 105–112. Available at: <https://doi.org/10.20473/amnt.v8i1sp.2024.105-112>.
- Dewi, I.M., Wulandari, A. and Basuki, P.P. (2022) 'Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum', *Jurnal Keperawatan*, 14(1), pp. 53–60. Available at: <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v14i1.16>.
- Fatrin, T. *et al.* (2022) 'Edukasi praktik pijat oksitosin terhadap peningkatan kelancaran produksi Air Susu Ibu (ASI)', *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Humanity and Medicine*, 3(1), pp. 39–46. Available at: <https://doi.org/10.32539/hummed.v3i1.73>.

- Handayani, L.T. (2021) *Pedoman Dan Standar Etik Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Nasional, The Indonesian Journal of Health Science*.
- Hartanto (2021) *UKK Tumbuh Kembang – Pediatri Sosial Ikatan Dokter Anak Indonesia*.
- Kartini, A., Kurnia, S. and Puteri, S. (2024) 'Hubungan Pijat Oksitosin Terhadap Proses Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Part', *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 9(2), pp. 29–35.
- Kemenkes RI (2020) *Manfaat ASI Eksklusif untuk Bayi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI (2021a) *Pedoman Pelayanan Kesehatan Ibu Hamil*. Jakarta : Kemenkes RI.
- Kemenkes RI (2021b) *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan 2020-2024*. Jakarta : Kemenkes RI.
- Kemenkes RI (2023a) *Mengenal Lebih Jauh tentang Stunting*, 28 Juli 2023.
- Kemenkes RI (2023b) *Perawatan Ibu Pasca Persalinan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Levisohn, A. *et al.* (2024) 'Promoting Maternal Health in the Postpartum Period to Advance Birth Equity', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(12), pp. 1–15. Available at: <https://doi.org/10.3390/ijerph21121628>.
- Lokossou, G.A.G. *et al.* (2022) 'Human Breast Milk: From Food to Active Immune Response With Disease Protection in Infants and Mothers', *Frontiers in Immunology*, 13(April), pp. 1–19. Available at: <https://doi.org/10.3389/fimmu.2022.849012>.
- Nelina, T. and Maria, A.D.B. (2024) 'IBU POST PARTUM HARI KE 4-7 DI DESA KARANGSARI DAN DESA CINTAASIH PUSKESMAS CIPONGKOR TAHUN 2024', pp. 106–115.
- Notoarmodjo, S. (2018) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Noviyana, N. *et al.* (2022) 'Efektifitas Pijat Oksitosin dalam Pengeluaran ASI', *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 5(1), pp. 23–33. Available at: <https://doi.org/10.32584/jikm.v5i1.1437>.
- Paudyal, N. *et al.* (2022) 'The evolution, progress, and future direction of Nepal's universal salt iodization program', *Maternal and Child Nutrition*, 18(S1), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.1111/mcn.12945>.
- Pujiastuti, N. *et al.* (2024) 'Pelatihan Asi Perah Pada Ibu Hamil Pekerja Sebagai Upaya Meningkatkan Asi Eksklusif', *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), pp. 205–211. Available at: <https://doi.org/10.36082/gemakes.v4i2.1630>.
- Rahmaniasari, W.A. and Zhafirah, H.D. (2024) 'HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN FREKUENSI KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI', *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(September), pp. 9358–9364.
- Ramadhani, D.T., Rahmad, F. and Haryatmo (2023) 'Ahmar metastasis health journal', *Ahmar Metastasis Health Journal*, 2(4), pp. 207–215.
- Ramadhani, P.A. *et al.* (2023) 'Makanan Sehat Untuk Memperlancar Produksi ASI Putri',

Jurnal Kesehatan Republik Indonesia, 1(1), pp. 40–46.

- Refilia, A. and Pawestri, P. (2024) 'Inisiasi Menyusui Dini Dalam Proses Involusi Uteri Ibu Post Partum', *Ners Muda*, 5(2), p. 183. Available at: <https://doi.org/10.26714/nm.v5i2.10477>.
- Riana, H. (2024) 'Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif Bagi Bayi di Posyandu Kelurahan Ulunggolaka', 2(6), pp. 89–99.
- Roslianti, E. *et al.* (2022) 'Effectiveness of Oxytocin Massage in Spontaneous Post Partum Mothers to Increase Breast Milk Production', *Kian Journal*, 1(1), pp. 14–20. Available at: <https://doi.org/10.56359/kian.v1i1.168>.
- Saputra, N. (2021) *Metodologi penelitian kuantitatif*. cetakan 1. Edited by M.P. Nanda Saputra. aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini Anggota IKAPI (026/DIA/2012).
- Shella Afriany, F., Nurrohmah, A. and Utami, N. (2024) 'Penerapan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI di Ruang Cempaka RSUD Dr. Soehadi Pridjonegoro Sragen', *The Journal General Health and Pharmaceutical Sciences Research*, 2(3), pp. 56–65.
- Sofiyati, S. (2024) 'Penyuluhan ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Usia Balita (1-5 Tahun) Di Desa Kalikoa Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon', *Natural: Jurnal Pelaksanaan Pengabdian Bergerak bersama Masyarakat*, 2(1), pp. 17–35.
- Sri Wahyuningsih *et al.* (2022) 'Oxytocin Massage Stramlining Breast Milk: Literature Riview', *Nursing and Health Sciences Journal (NHSJ)*, 2(4), pp. 367–373. Available at: <https://doi.org/10.53713/nhs.v2i4.160>.
- Sugiyono (2020) *metode penelitian kualitatif, kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono (2022) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunarti Lubis, R.H. (2024) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Terhadap Kejadian Postpartum Blues Di Tpmk Kota Jambi Tahun 2024', *Midwifery Health Journal*, 9(2), p. 2024.
- Sunengsih and Dwi Yolanda, S. (2023) 'The Effect of Oxytocin Massage on Breastmilk Production in Postpartum Mothers at The Pratama Nining Clinic Lubuk Pakam Year 2023', *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 6(1), pp. 105–111. Available at: <https://doi.org/10.35451/jkk.v6i1.1879>.
- Todorov, D.I. *et al.* (2019) *the interplay between cerebellum and basal ganglia in motor adaptation: A modeling study*, *PLoS ONE*. Available at: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0214926>.
- Traub, J. *et al.* (2020) 'Validation of malnutrition screening tools in liver cirrhosis', *Nutrients*, 12(5), pp. 1–6. Available at: <https://doi.org/10.3390/nu12051306>.
- Ulya, R.A.N.A. (2023) 'Dukungan Sosial untuk Mendukung Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Indonesia', *Media Gizi Kemas*, 12(1), pp. 541–552. Available at: <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.541-552>.
- Ummah, M.S. (2019) *Pijat Oksitosin Laktasi Lancar Bayi Tumbuh Sehat, Sustainability (Switzerland)*.
- WHO (2022) *Child mortality (under 5 years)*.
- WHO (2023) *WHO Guidilines On Labour Care*.

WHO (2024) *Breastfeeding*. World Health Organization.

Widhawati, R., Lubis, V.H. and Komalasari, O. (2024) 'Jurnal Peduli Masyarakat', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM) - Aphelion*, 4, pp. 171–178.

Yulianto, A. *et al.* (2022) 'Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran Produksi Air Susu Ibu', *Jurnal Wacana Kesehatan*, 7(2), p. 68. Available at: <https://doi.org/10.52822/jwk.v7i2.416>.

Zakiudin, A. and Setiyaningsih, F. (2023) 'Pengaruh Terapi Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum Di Ruang Post Maternal Partum (PMP) Puskesmas Bumiayu Kabupaten Brebes', *Jurnal Kesehatan Tujuh Belas*, 2(2), pp. 234–239.