

Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pijat Oksitosin untuk Memperlancar Pengeluaran ASI di PMB Titin Widyaningsih

Agustina Veni Mika Ella^{1*}, Efrosina Ludovika Kalista², Intanwati³

¹Universitas Katolik Santo Agustinus Hippo, Jalan Merdeka Barat No. 55, Mariana Kec. Pontianak Kota, Kota Pontianak, Kalimantan Barat 78244, Indonesia

²Universitas Katolik Santo Agustinus Hippo, Jalan Merdeka Barat No. 55, Mariana Kec. Pontianak Kota, Kota Pontianak, Kalimantan Barat 78244, Indonesia

* corresponding author: agustinavenimikaella@gmail.com

Tanggal Submisi: 25 Agustus 2024, Tanggal Publikasi: 30 Agustus 2024

Abstrak

Latar Belakang: Pijat oksitosin adalah pijat di sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima atau keenam. Pijat ini berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat merelaksasikan tubuh ibu sehingga ASI dapat keluar dengan sendirinya. Pengetahuan ibu tentang pijat oksitosin akan mempengaruhi pemberian ASI kepada bayi. Dalam studi pendahuluan yang dilakukan, peneliti menemukan masih ada ibu yang belum mengetahui tentang

teknik pijat yang bisa membantu untuk memperlancar pengeluaran ASI. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil tentang pijat oksitosin untuk memperlancar pengeluaran ASI di PMB Titin Widyaningsih Tahun 2024.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang ada di wilayah PMB Titin Widyaningsih Tahun 2024 dengan jumlah 30 responden dan menggunakan teknik accidental sampling. Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian berupa pernyataan dalam bentuk kuesioner.

Hasil dan Pembahasan: Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden yaitu 18 responden (60%) berpengetahuan baik tentang pengertian pijat oksitosin, sebagian besar responden yaitu 16 responden (54%) berpengetahuan baik tentang manfaat pijat oksitosin, sebagian besar responden yaitu 17 responden (57%) berpengetahuan kurang tentang waktu melakukan pijat oksitosin, sebagian besar responden yaitu 16 responden (54%) berpengetahuan cukup tentang faktor-faktor mempengaruhi keluarnya hormon oksitosin, sebagian besar responden yaitu 20 responden (67%) berpengetahuan baik tentang faktor-faktor keberhasilan pijat oksitosin dan hampir setengahnya responden yaitu 13 responden (43%) berpengetahuan cukup tentang langkah langkah pijat oksitosin.

Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian bahwa pengetahuan ibu hamil di PMB Titin Widyaningsih tentang pijat oksitosin untuk memperlancar pengeluaran ASI dikategorikan cukup.

Kata kunci: Pengetahuan, pijat oksitosin, pengeluaran ASI.

Daftar Pustaka: 24 sumber (2010-2023)

Description of Pregnant Women's Knowledge about

Oxytocin Massage to Facilitate Breast Milk Production at PMB Titin Widyaningsih

Abstract

Background: Oxytocin massage is a massage along the spine (vertebrae) to the fifth or sixth rib bone. This massage functions to increase the hormone oxytocin which can relax the mother's body so that breast milk can come out by itself. Mother's knowledge about oxytocin massage will influence breastfeeding to babies. In a preliminary study conducted, researchers found that there were still mothers who did not know about massage techniques that could help facilitate breast milk production.

Objective: This study aims to determine the knowledge of pregnant women about oxytocin massage to facilitate breast milk production at PMB Titin Widyaningsih in 2024.

Methods: This research uses descriptive quantitative research methods. The sample used in this research was pregnant women in the PMB Titin Widyaningsih area in 2024 with a total of 30 respondents and used an accidental sampling technique. This research uses a research instrument in the form of a statement in the form of a questionnaire.

Results and Discussion: The research results showed that the majority of respondents, namely 18 respondents (60%), had good knowledge about the meaning of oxytocin massage, the majority of respondents, namely 16 respondents (54%) had good knowledge about the benefits of oxytocin massage, the majority of respondents, namely 17 respondents (57%) had less knowledge. Regarding the time to do an oxytocin massage, the majority of respondents, namely 16 respondents (54%), had sufficient knowledge about the factors influencing the release of the oxytocin hormone, the majority of respondents, namely 20 respondents (67%) had good knowledge about the success factors of oxytocin massage and almost half of the respondents namely 13 respondents (43%) had sufficient knowledge about the steps of oxytocin massage.

Conclusion: Based on the research results, the knowledge of pregnant women at PMB Titin Widyaningsih regarding oxytocin massage to facilitate breast milk production is categorized as sufficient.

Keywords: Knowledge, oxytocin massage, breast milk production.

Bibliography: 24 sources (2010-2023)

PENDAHULUAN

Masa nifas (Post Partum) merupakan masa di mulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat kandungan kembali semula seperti sebelum hamil, yang berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari. 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 (Direktorat et al., 2020). Ketidakcukupan produksi ASI adalah alasan utama ibu untuk penghentian pemberian ASI, karena ibu merasa dirinya tidak mempunyai kecukupan produksi ASI untuk memenuhi kebutuhan bayi dan mendukung kenaikan berat badan bayi. Kurangnya rangsangan hormon prolactin dan oksitosin menyebabkan penurunan produksi dan pengeluaran ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan yang berpengaruh terhadap kelancaran dan produksi ASI. ASI yang tidak lancar dapat



disebabkan oleh beragam faktor, salah satunya karena munculnya perasaan cemas dan stress yang berlebih, sehingga berdampak pada produksi ASI (Dini dan Legina, 2021). Metode non farmakologi yang bisa diberikan pada ibu selama masa nifas adalah pijat. Menurut (Ayu Muthiatulsalimah et al., 2022) pijat adalah pilihan terapi yang efisien dan berisiko rendah untuk mendorong sekresi susu. Untuk memperkuat kapasitas sistem hipotalamus-hipofisis-adrenal, manipulasi ilmiah perawatan pijat bekerja melalui jaringan lunak tubuh menggunakan prosedur langsung yang meningkatkan relaksasi otot dan menurunkan hormon stres (Utami, 2021).

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidak lancarn produksi ASI. Pijat yang dilakukan di sepanjang tulang belakang ini juga dapat merileksasikan ketegangan pada punggung dan menghilangkan stress sehingga dapat memperlancar pengeluaran ASI, mengurangi bengkak, mengurangi sumbatan ASI ketika ibu dan bayi sakit. (Shinta dkk, 2023). Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada tanggal 24 Januari 2024 di PMB Titin Widyaningsih, banyak sekali ibu-ibu nifas baik yang masih 2 jam pertama sampai 40 hari pasca melahirkan mengalami masalah nyeri payudara dan sakit dikarenakan ASI tidak dikeluarkan dengan cara yang benar serta ada beberapa ibu memilih untuk memberikan bayi nya susu formula dengan alasan ASI belum keluar, putting susu tenggelam dan ibu bekerja. Saat peneliti berjumpa dengan ibu dan bertanya apakah ibu sudah mengetahui tentang teknik pijat yang bisa dilakukan untuk membantu mengeluarkan ASI, ibu mengatakan bahwa belum mengetahui tentang pijat pada masa nifas yang bisa dilakukan. Sehingga mendorong peneliti untuk melakukan penelitian di PMB Titin Widyaningsih dengan judul “ Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pijat Oksitosin Untuk Memperlancar Pengeluaran ASI Di PMB Titin Widyaningsih” sebagai tindakan preventif.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang ada di wilayah PMB Titin Widyaningsih Tahun 2024 dengan jumlah 30 responden dan menggunakan teknik accidental sampling. Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian berupa pernyataan dalam bentuk kuesioner. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang melakukan pemeriksaan di PMB Titin Widyaningsih sebanyak 121 orang yang didapatkan dari hasil studi pendahuluan pada tanggal 24 Januari 2024. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan di PMB Titin Widyaningsih dan ibu hamil yang ditemui oleh peneliti di wilayah PMB Titin Widyaningsih, bersedia menjadi responden, dan dapat membaca serta menulis. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel tunggal yaitu pengetahuan ibu hamil tentang pijat oksitosin untuk memperlancar pengeluaran ASI.

HASIL

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diperoleh data distribusi frekuensi karakteristik responden seperti yang tersedia dalam tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Hamil		
Kategori	Jumlah	
	<i>Frekuensi (n)</i>	<i>Presentase (%)</i>
Umur		
Umur terlalu muda	1	3,3
Umur reproduksi	26	86,7
Umur terlalu tuas	3	10
Pekerjaan		
Tidak bekerja	24	80
Bekerja	6	20
Pendidikan		
SD	2	6,7
SMP	5	16,7
SMA/SMK	14	46,6
Pendidikan Tinggi	9	30

Tabel distribusi frekuensi karakteristik responden di PMB Titin Widyaningsih menunjukkan hasil yaitu sebanyak 26 (86,7%) responden berada pada kategori usia reproduktif, sedangkan sisanya termasuk kedalam kategori usia terlalu muda dan terlalu tua. Sejumlah 24 (80%) responden berada pada kategori tidak bekerja sedangkan sisanya termasuk kedalam kategori bekerja. Sejumlah 14 (46,6%) responden berada pada kategori pendidikan SMA/SMK. Sedangkan sisanya termasuk kedalam kategori Pendidikan Tinggi, SMP dan SD.

2. Tingkat Pengetahuan

Tabel 2. Distribusi Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pijat Oksitosin Untuk Memperlancar Pengeluaran ASI di PMB Titin Widyaningsih

Kategori	Jumlah	
	<i>Frekuensi (n)</i>	<i>Presentase (%)</i>
Baik	8	26,7
Cukup	13	43,3
Kurang	9	30
Total	30	100

Tabel Distribusi Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pijat Oksitosin Untuk Memperlancar Pengeluaran ASI di PMB Titin Widyaningsih menunjukkan hasil yaitu sebanyak 13 (43,3%) responden memiliki pengetahuan cukup tentang pijat oksitosin untuk memperlancar pengeluaran ASI. Sedangkan sisanya termasuk ke dalam kategori cukup dan kurang.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti di wilayah PMB Titin Widyaningsih tahun 2024 diketahui bahwa pengetahuan ibu tentang pijat oksitosin untuk memperlancar pengeluaran ASI dengan 30 responden dikategorikan cukup (43,3%). Faktor berdasarkan umur, responden memiliki umur 20–35 tahun sebanyak 26 responden (86,7%). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Widiarti, 2013 menyebutkan bahwa usia adalah umur individu yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Umur dari segi kepercayaan masyarakat, seseorang yang lebih dewasa dipercaya dari orang yang belum tinggi kedewasaannya. Umur juga berhubungan dengan pengalaman hidup sehingga akan lebih banyak informasi yang diterima. Pengalaman disini dapat dilihat dari umur responden yang sudah matang, yaitu 20–34 tahun merupakan masa produktif, dimana biasanya lebih aktif belajar sehingga lebih mudah mendapatkan informasi (Widiarti, 2013). Rentang usia 20–40 merupakan masa subur untuk wanita dewasa atau usia reproduksi. Ibu yang berada pada usia reproduksi mampu memproduksi ASI lebih banyak dibandingkan dengan ibu yang berada pada usia risiko reproduksi, yaitu kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun, hal tersebut disebabkan oleh fisiologi tubuh yang baik dan optimal. (Sri Wahyuni Handayani, et all, 2023).

Menurut asumsi peneliti bahwa semakin bertambahnya umur akan menjamin semakin baik pula tingkat pengetahuan seseorang. Semakin dewasa seseorang maka kematangan pikiran, fisik, dan psikis akan lebih baik. Jika seseorang sudah dewasa maka akan semakin mudah untuk menerima informasi dari luar serta lebih memahaminya. Berdasarkan pendidikan, responden memiliki pendidikan SMA/SMK yaitu sebanyak 14 responden (46,6%). Menurut Susanti dan Yulia, 2019, bahwa pendidikan dapat disimpulkan dengan tingginya Pendidikan akan semakin mudah untuk menggali informasi, pengetahuan dan meningkatkan kualitas hidup. Sebagaimana pendapat Eva dan Elvika (2020) dalam penelitiannya tentang gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang metode memperlancar pengeluaran ASI susu ibu yang mengatakan bahwa tingkat Pendidikan SMA adalah tingkat Pendidikan yang cukup untuk menerima informasi, semakin tinggi Pendidikan semakin mudah seseorang untuk menerima informasi.

Menurut asumsi peneliti, bahwa tingkat pengetahuan berdasarkan pendidikan dipengaruhi karena keterbatasan ilmu yang didapat dibandingkan dengan pendidikan seseorang maka pengetahuan juga akan semakin luas dan semakin mudah menerima informasi namun sebaliknya bila responden yang memiliki latar belakang pendidikan rendah pada umumnya mengalami kesulitan menerima informasi. Namun perlu ditekankan bahwa seorang yang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah pula. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh pada pendidikan formal, akan tetapi juga dapat diperoleh pada pendidikan non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek (immediate impact) sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan.

KESIMPULAN DAN SARAN

»»»»

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pijat Oksitosin Untuk Memperlancar Pengeluaran ASI Di PMB Titin Widyarningsih Tahun 2024 didapatkan bahwa hampir setengahnya dari responden yaitu sebanyak 13 responden (43,3%) memiliki pengetahuan cukup tentang pijat oksitosin. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat berpartisipasi aktif untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil sebagai tindakan preventif untuk mencegah terjadinya masalah pada pengeluaran ASI yang sangat dibutuhkan bagi bayi dari awal kelahiran sampai 6 bulan dengan cara ikut serta dalam penyuluhan atau konseling mengenai pijat oksitosin terhadap ibu hamil.

REFERENSI

- Amalia Yunia Rahmawati. (2020). Pengaruh Pijat Oksitosin dan Indikator Keberhasilan Pijat Oksitosin. July, 1–23.
- Argi, S. amir, Asmira, A., Aris, M., & Isnina, I. (2022). Gambaran pengetahuan ibu menyusui terhadap pijat oksitosin di puskesmas Karang Rejo kota Tarakan. *Journal Borneo*, 2(3), 8–14. <https://doi.org/10.57174/jborn.v2i3.58>
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. PT. Rineka Cipta.
- Armini NW, Marhaeni GA, Sriasih GK. 2020. Asuhan Kebidanan Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di Wilayah kerja Puskesmas Batur I Kabupaten Banjar Negara
- Ayu Muthiatulsalimah, M., Endang Pujiastut, R. S., Santjaka, A., & Runjati, R. (2022). Effect of Relaxation Therapy on Anxiety Level and Breast Milk Production in Pregnant and Postpartum Mothers: Systematic Literature Review. *Journal Research of Social, Science, Economics, and Management*, 1(9), 1280–1292. <https://doi.org/10.36418/jrssem.v1i9.118>
- Bayuana, A., Anjani, A. D., Nurul, D. L., Selawati, S., Sai'dah, N., Susianti, R., & Anggraini, R. (2023). Komplikasi Pada Kehamilan, Persalinan, Nifas dan Bayi Baru Lahir: Literature Review. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(1), 26. <https://doi.org/10.52822/jwk.v8i1.517>
- Dinkes Kota Pontianak. (2021). Dinas Kesehatan Kota Pontianak. Profil Kesehatan Pontianak, 128. <https://dinkes.pontianakkota.go.id>
- Elyasari, Iis, A., Longgupa, L. W., Maulida, L. fajria, Wardani, E. K., S, A. D., Bahar, N., Sianipar, K., Purnamasari, D., & Mustary, M. (2023). Masa Nifas Dalam Berbagai Perspektif.
- Jaga deeswari J, & Prathap Mohan M. (2020). Efficacy of Oxytocin Massage on Involution of Uterus Among Postnatal Mothers. *International Journal of Research in Pharmaceutical Sciences*, 11(SPL4), 56–61. <https://doi.org/10.26452/ijrps.v11ispl4.3738>
- Kandini, S., Suwanti, E., & Handayani, R. (2017). Hubungan Pijat Oksitosin Dengan



- Kecukupan ASI Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangdowo. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 2(2), 104–109. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v2i2.43>
- Kartini, K., Ajeng, A., & Suaningsih, F. (2020). The Effect of Oxytocin Massage on Increasing Milk Production. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia [JIKI]*, 3, 18. <https://doi.org/10.31000/jiki.v3i1.1923>
- Lily Yulaikhah, S. si. . (2019). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Kehamilan. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Notoatmodjo S. 2012. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2012). Pdf-Metodologi-Penelitian-Kesehatan Notoatmodjo_Compress.Pdf (hal. 243).
- Pengetahuan, G., Oksitosin, P., Ibu, P., Dan, N., Terhadap, P., & Asi, P. (2023). *Medan Sunggal 2023*. 1, 653–667.
- Putu Mastiningsih, Y. C. (Cetakan Pertama 2022). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dan Menyusui*. Bojongkulur: Penerbit In Media.
- Sarika, E. A. (2022). Pengaruh Pijat Oksitoksin Terhadap Produksi Asi Pada Masa Nifas. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, 1574–1575.
- Sry Wahyuni, L. F. (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Budi Utama.
- Sumarni, S., Kebidanan, A., Al, T., Bulukumba, B., Khatimah, H., Kebidanan, A., Al, T., Bulukumba, B., Ibrahim, F., Tinggi, S., Kesehatan, I., Kamanre, D., Jusni, J., Kebidanan, A., Al, T., & Bulukumba, B. (2023). Penerapan Home Care Dengan Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas Di Kabupaten Bulukumba Sumarni Sumarni. 1(4).
- Susilo Rini, F. K. (2016). *Panduan Asuhan Nifas & Evidence Based Practice*. Yogyakarta: Cv Budi Utama
- Wahyuni, L. F. (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Budi Utama
- Widianti, C., Tarmizi, M. G., & Pratiwit, S. R. (2023). Analisis Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika Kelas XI SMAN 55 Jakarta Tahun Ajaran 2022/2023. *Konstanta: Jurnal Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam*, 1(3). <https://doi.org/10.59581/konstanta.v1i3.914>