



PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI PUSKESMAS PUTIH DOH KABUPATEN TANGGAMUS TAHUN 2025

Su'aida¹, Titin Eka Sugiantini²

^{1,2}Program Studi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara
suaida0101@gmail.com

Abstrak

Produksi ASI yang lancar sangat penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi secara optimal, terutama pada masa awal kehidupan. Namun, tidak semua ibu menyusui mengalami kelancaran dalam memproduksi ASI. Salah satu metode nonfarmakologis yang dapat membantu merangsang produksi ASI adalah pijat oksitosin. Teknik ini diyakini mampu meningkatkan pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam proses pengeluaran ASI. Tujuan penelitian diketahui pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Putih Doh Kabupaten Tanggamus tahun 2025. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain pra-eksperimen (*one group pre-post test*). Pelaksanaan di Puskesmas Putih Doh pada 11- 28 Juli 2025. Populasi penelitian adalah ibu menyusui, jumlah sampel 30 dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen berupa lembar checklist sebelum dan sesudah edukasi. Data primer dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil dari 30 responden, rata-rata kelancaran produksi ASI sebelum pijat oksitosin adalah 3,00 kali (cukup), dan setelah pijat meningkat menjadi 9,13 kali per hari (baik). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan p-value 0,000 (< 0,05), sehingga H₀ ditolak. Artinya, terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Putih Doh, Kabupaten Tanggamus tahun 2025.

Kata Kunci : *Pijat Oksitosin, Produksi ASI, Ibu Menyusui*

Abstract

Smooth breast milk production is crucial for optimally meeting a baby's nutritional needs, especially in the early stages of life. However, not all breastfeeding mothers experience smooth milk production. One non-pharmacological method that can help stimulate breast milk production is oxytocin massage. This technique is believed to increase the release of the hormone oxytocin, which plays a role in the milk letdown process. The purpose of this study was to determine the effect of oxytocin massage on smooth breast milk production in breastfeeding mothers at the Putih Doh Community Health Center, Tanggamus Regency, in 2025. This study used a quantitative method with a pre-experimental design (*one group pre-post test*). Implementation at the Putih Doh Community Health Center took place from July 11-28, 2025. The study population was breastfeeding mothers, with a sample size of 30 using a purposive sampling technique. The instrument was a checklist before and after education. Primary data were analyzed univariately and bivariately using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results of 30 respondents, the average smoothness of breast milk production before oxytocin massage was 3.00 times (sufficient), and after the massage increased to 9.13 times per day (good). The results of the Wilcoxon test showed a p-value of 0.000 (<0.05), so H₀ was rejected. This means that there is an effect of oxytocin massage on the smoothness of breast milk production in breastfeeding mothers at the Putih Doh Health Center, Tanggamus Regency in 2025.

Keywords: *Oxytocin Massage, Breast Milk Production, Breastfeeding Mothers*

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

* Corresponding author : Su'aida

Address : Jl. Swadaya No.7, RT.001/RW.014, Jatibening, Kec. Pd. Gede, Kota Bks, Jawa Barat 17412
Indonesia

Email : suaida0101@gmail.com

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO), ASI Eksklusif berarti bayi hanya menerima air susu ibu dan tidak ada cairan atau padatan lain bahkan air, kecuali larutan rehidrasi oral atau tetes/sirup vitamin, mineral, atau obat-obatan. Berdasarkan WHO pada tahun 2023, negara-negara yang memberikan ASI eksklusif hanya 38% dan ditargetkan meningkat mencapai 50% pada tahun 2025 (WHO, 2023). Memberikan air susu ibu (ASI) secara eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan seorang anak merupakan bagian dari pelaksanaan standaremas pemberian makanan bayi dan anak (PMBA) yang direkomendasikan oleh WHO dan United Nation Childrens Fund (UNICEF), Kontak kulit antara ibu dan bayi sehingga meningkatkan kepercayaan diri ibu dan bisa menunjang keberhasilan ASI Eksklusif selama 6 bulan dan dilanjutkan sampai 2 tahun (Kementrian Kesehatan RI, 2021).

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, cakupan ASI eksklusif nasional sebesar 55,5 %. Sementara SKI 2023 mencatat angka provinsi Lampung sebesar 53,5 % (Kemenkes RI, 2023). Persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan di Kabupaten Tanggamus pada tahun 2024 sebesar 72,04%. Kecamatan Putih Doh yang memberikan ASI Eksklusif dengan presentase 46,7% (Dinkes Tanggamus, 2024).

ASI bisa terlambat diproduksi karena dipengaruhi oleh hormon prolaktin dan oksitosin. Prolaktin berperan dalam produksi, sedangkan oksitosin membantu pengeluaran ASI. Isapan bayi merangsang saraf di sekitar payudara yang diteruskan ke otak, memicu pelepasan prolaktin dari hipofisis anterior dan oksitosin dari hipofisis posterior. Oksitosin menyebabkan kontraksi sel-sel alveoli sehingga ASI keluar melalui saluran laktiferus. Produksi ASI dipengaruhi oleh frekuensi, intensitas, dan durasi isapan bayi (Yustianti et al., 2020). Hormon yang berperan dalam produksi ASI adalah hormone prolaktin dan oksitosin saat terjadi stimulasi sel-sel alveoli pada kelenjar payudara berkontraksi, dengan adanya kontraksi menyebabkan air susu keluar dan mengalir kedalam saluran kecil payudara sehingga keluar tetesan susu dari puting dan masuk kedalam mulut bayi yang disebut dengan let down refleks (Helina et al, 2020).

Dampak bayi jika tidak diberi ASI Eksklusif memiliki dampak yang tidak baik bagi bayi. Resiko tertingginya kematian, dalam studi meta analisis melaporkan bahwa tingginya risiko semua penyebab kematian bayi usia 0-5 bulan dikaitkan dengan pemebrian ASI Eksklusif, dimana bayi yang mendapat ASI Eksklusif penuh memiliki risiko kematian (RR 1,5 kali), pemebrian ASI parsial (RR 4,8 kali). Resiko kematian ini paling banyak dikaitkan dengan infeksi pada bayi usia 0-5 bulan. Dimana diperkual oleh UNICEF dengan pemberian ASI di hari pertama kelahiran dapat mengurangi resiko kematian bayi baru lahir dan ASI Eksklusif terbukti bisa mencegah diare, infeksi pernapasan, dan pneumonia. Pemebrian ASI Eksklusif juga merupakan investasi besar dalam pencegahan komplikasi BBLR, stunting dan menurunkan risiko obesitas atau penyakit kronis (Mawaddah, 2022).

Ketidaklancaran pengeluaran ASI pada hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan karena kurangnya rangsangan pada hormon prolaktik dan oksitosin yang sangat berperan terhadap kelancaran produksi dan pengeluaran ASI (Magdalena et al., 2020). Selain itu, produksi ASI juga dipengaruhi oleh kesehatan mental ibu yang berdampak pada kelancaran pengeluaran ASI dan proses menyusui. Kelancaran peneluaran ASI tidak hanya pada pemenuhan nutrisi ibu tetapi juga dipengaruhi oleh stress yang dialami ibu, agar proses menyusui berjalan dengan baik dan tanpa hambatan sebaiknya ibu melakukan persiapan baik secara fisik maupun psikologis (Sasi et al., 2022).

Pijatan atau ransangan pada tulang belakang akan ransangan hipofise posterior mengeluarkan hormone oksitosin selanjutnya akan merangsang kontraksi sel miopitel di payudara untuk mengeluarkan air susu (Arniyanti & Angraeni, 2020). Pijat oksitosin merupakan pemijatan pada tulang belakang yang dimulai dari tulang belakang sevikal (cervical vertebrae) sampai tulang belakang tarokalis dua belas, berguna untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijat oksitosin juga berfungsi untuk merangsang reflex let down sehingga meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, meningkatkan produksi ASI dan mengurangi sumbatan pada saluran produksi ASI sehingga ASI dapat keluar dengan sendirinya (Noviyana et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Sungkar & Gati (2023) Hasil penelitian tingkat produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin yaitu produksi ASI tidak mencakupi tanda kecakupan ASI dan setelah diberikan pijat oksitosin tingkat produksi ASI mencakupi tanda kecukupan ASI. Penelitian lain yang dilakukan oleh Afriany et al., (2024) Hasil pengkajian pijat oksitosin pada kedua ibu post partum hari pertama belum mengalami perubahan terhadap produksi ASI. Kemudian pada hari kedua produksi ASI kedua responden menunjukkan peningkatan dibuktikan dengan pancaran ASI meningkat, payudara kosong setelah menyusui serta payudara terlihat penuh sebelum menyusui. Kesimpulan: terdapat peningkatan terhadap produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan pijat oksitosin pada ibu post partum di Ruang Cempaka RSUD dr.Soehadi Prjonegoro Sragen.

Berdasarkan hasil prasurvey yang di dapatkan peneliti dari data Puskesmas Putih Doh sebanyak 25-30 ibu bersalin setiap bulannya, dan sekitar 250 ibu nifas pertahun yang melahirkan di Wilayah Puskesmas Putih Doh, peneliti melakukan wawancara kepada 10 ibu nifas, kondisi ibu yaitu 7 orang ibu menyusui mengatakan ASI nya belum keluar dan 1 orang sudah keluar tetapi tidak lancar. Ibu mengatakan saat ibu mencoba menyusui bayinya, bayi tetap menangis karena kesal ASI belum keluar dan ibu pun merasa gelisah karena ASInya belum keluar sehingga keluarga menyarankan untuk memberikan susu formula. Hasil wawancara yang didapat pula ibu mengatakan walaupun sudah konsumsi sayur dan buah tetap produksi ASInya masih tidak lancar (Puskesmas Putih Doh, 2025). Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang

“Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Menyusui di Puskesmas Putih Doh Kabupaten Tanggamus Tahun 2025”.

METODE

Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *kuantitatif* yaitu penelitian yang menggunakan teknik sampling untuk memperoleh temuan yang dapat diekspresikan secara numerik serta dapat dimanipulasi secara matematik (Hardani *et al.*, 2020). Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pra Experiment* merupakan salah satu jenis desain penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengamati pengaruh suatu perlakuan (intervensi) terhadap subjek penelitian, tanpa menggunakan kelompok kontrol yang kuat atau tanpa pengacakan (randomisasi) (Fauziah *et al.*, 2021). Menggunakan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*, salah satu bentuk desain dalam penelitian pra-eksperimen, di mana hanya satu kelompok subjek yang diamati, diberi perlakuan (intervensi), dan kemudian dibandingkan hasilnya sebelum dan sesudah perlakuan (Fauziah *et al.*, 2021).

Populasi dan Sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiono, 2019). Berdasarkan dari pengertian diatas yang akan menjadi populasi pada penelitian ini adalah ibu nifas dengan rata-rata perbulan ibu bersalin di Puskesmas Putih Doh berjumlah 30 orang.

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiono, 2019). Untuk eksperimen sederhana dengan kendali ketat keberhasilan penelitian dapat dicapai dengan memakai sampel berukuran 10 sampai dengan 20. Sampel pada penelitian ini 30 responden. Tekhnik Pengambilan Sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Purposive sampling adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Teknik ini digunakan bila peneliti memiliki kriteria atau tujuan khusus dalam memilih sampel yang dianggap paling mengetahui masalah atau fenomena yang diteliti (Sugiono, 2019).

Intrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Dalam penelitian kuantitatif, semua variabel yang akan diteliti harus dioperasionalkan dalam bentuk indikator, kemudian dijadikan acuan untuk menyusun instrumen pengumpulan data (Sugiono, 2019). Alat ukur dalam penelitian ini peneliti menggunakan instrumen berupa: Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu SOP, Lembar Cheklist) dan informed consent.

Analisis Data

Analisis univariat adalah analisis data yang dilakukan terhadap satu variabel saja tanpa menghubungkannya dengan variabel lain. Tujuan analisis ini adalah untuk melihat distribusi, frekuensi, dan karakteristik data dari masing-masing

variabel yang diteliti (Sugiyono, 2019). Ukuran penyebaran data digunakan untuk melengkapi deskripsi dari sifat-sifat sekelompok data, terutama dalam membandingkan sifat-sifat yang dimiliki oleh masing-masing data terhadap kelompoknya atau sifat-sifat sekelompok data dengan kelompok data lainnya. Penyebaran kelompok data dapat dilakukan dengan melihat rentang data, varians dan simpangan baku (Sugiyono, 2019).

Menurut Sugiyono (2019), analisa bivariat yaitu analisa yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan satu sama lain. Analisis bivariat juga ditujukan untuk menguji hipotesis penelitian. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji beda. Uji beda untuk mengetahui pemberian pijat oksitosin terhadap tingkat nyeri. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan analisis data yang meliputi uji normalitas untuk mengetahui apakah sampel yang diteliti berdistribusi normal atau tidak untuk mengetahui perbedaan antar dua keadaan atau populasi. Apabila data yang tidak berdistribusi normal dan tidak homogen perhitungannya menggunakan uji non-parametrik yaitu uji *wilcoxon* dengan menggunakan taraf signifikansi sebesar 5% dan dilakukan menggunakan bantuan software SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Rata-rata peningkatan kelancaran produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin pada ibu menyusui

Jumlah BAK Bayi	N	Mean	Std. Deviasi	Min	Max
Sebelum (Pretest)	30	3,00	0,830	2	5

Berdasarkan tabel 1 hasil *pretest*, diketahui bahwa rata-rata jumlah buang air kecil (BAK) bayi per hari sebelum intervensi adalah 3,00 kali (cukup), dengan standar deviasi sebesar 0,830. Jumlah BAK minimum yang tercatat adalah 2 kali (cukup), sedangkan maksimum sebanyak 5 kali per hari (baik). Nilai ini menunjukkan bahwa sebelum intervensi, frekuensi BAK bayi masih tergolong rendah, yang dapat mengindikasikan asupan cairan, khususnya dari ASI, belum optimal. Data ini menjadi dasar untuk melakukan intervensi guna meningkatkan kecukupan cairan pada bayi melalui perbaikan pola menyusui.

Tabel 2. Rata-rata peningkatan kelancaran produksi ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin pada ibu menyusui

Jumlah BAK Bayi	N	Mean	Std. Deviasi	Min	Max
Sesudah (Posttest)	30	9,13	0,973	8	11

Berdasarkan tabel 2 hasil *posttest*, diketahui bahwa rata-rata jumlah buang air kecil (BAK) bayi setelah intervensi meningkat menjadi 9,13 kali per hari (baik), dengan standar deviasi sebesar 0,973. Jumlah BAK minimum yang tercatat adalah 8 kali (baik), sedangkan maksimum mencapai 11 kali per hari (baik). Peningkatan ini menunjukkan adanya perubahan positif setelah intervensi dilakukan, yang kemungkinan besar berkaitan dengan peningkatan asupan cairan, terutama dari pemberian ASI yang lebih optimal. Frekuensi BAK yang tinggi pada bayi

umumnya menjadi indikator bahwa kebutuhan cairan tercukupi dengan baik.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas *Shapiro-Wilk*

Kelompok	Df	Statistic	P-value	A	Keterangan
Sebelum	30	0,825	0,001	0,05	Tidak berdistribusi normal
Sesudah	30	0,863	0,001	0,05	Tidak berdistribusi normal

Berdasarkan tabel 3 hasil dengan menggunakan *shapiro-wilk*, berdasarkan hasil uji normalitas pada kelompok penilaian BAK bayi sebelum dan sesudah didapatkan nilai data tidak berdistribusi normal dengan nilai sebelum dengan nilai 0,001 dan sesudah dengan nilai 0,001. Oleh karena persebaran data berdistribusi tidak normal, maka pada penelitian ini digunakan uji korelasi bivariat nonparametrik yaitu uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

Tabel 4. Pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Putih Doh Kabupaten Tanggamus tahun 2025

Penilaian BAK Bayi	N	Mean	Mi n	Max	Sig. (2-tailed)
Sebelum	90	48,67	30	60	0,000
Sesudah	90	76,00	60	100	

Berdasarkan tabel 4 hasil diatas menunjukan bahwa dari hasil uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* diperoleh nilai *p-value* ($0,000 < 0.05$). Hal ini menyatakan bahwa H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Putih Doh Kabupaten Tanggamus tahun 2025.

Pembahasan

Rata- Rata peningkatan kelancaran produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin pada ibu menyusui

Berdasarkan hasil pretest, diketahui bahwa rata-rata jumlah buang air kecil (BAK) bayi per hari sebelum intervensi adalah 3,00 kali (cukup), dengan standar deviasi sebesar 0,830. Jumlah BAK minimum yang tercatat adalah 2 kali (cukup), sedangkan maksimum sebanyak 5 kali per hari (baik). Nilai ini menunjukkan bahwa sebelum intervensi, frekuensi BAK bayi masih tergolong rendah, yang dapat mengindikasikan asupan cairan, khususnya dari ASI, belum optimal. Data ini menjadi dasar untuk melakukan intervensi guna meningkatkan kecukupan cairan pada bayi melalui perbaikan pola menyusui.

Frekuensi ini masih tergolong rendah jika dibandingkan dengan standar normal bayi cukup ASI, yaitu 6–8 kali BAK per hari. Frekuensi BAK yang rendah dapat mencerminkan kurangnya asupan cairan pada bayi, terutama dari pemberian ASI yang belum optimal (Kemenkes RI, 2022).

Rendahnya frekuensi BAK bayi bisa disebabkan oleh berbagai faktor, seperti pelekatan bayi saat menyusui yang kurang tepat, durasi menyusui yang singkat, atau produksi ASI ibu yang belum maksimal. Menurut penelitian oleh Widiyanti dan Nurhayati (2021), bayi yang mendapatkan ASI

secara eksklusif dengan teknik menyusui yang benar cenderung memiliki frekuensi BAK yang lebih tinggi dibandingkan bayi yang menerima ASI tidak optimal. Hal ini memperkuat pentingnya pemantauan frekuensi BAK sebagai indikator kecukupan ASI.

Studi oleh Dewi et al. (2023) juga menunjukkan bahwa edukasi menyusui dan intervensi seperti pijat oksitosin berperan dalam meningkatkan produksi ASI, yang secara tidak langsung berdampak pada peningkatan frekuensi BAK bayi. Oleh karena itu, data pretest ini menjadi dasar penting untuk melakukan intervensi guna memperbaiki pola menyusui dan memastikan bayi menerima cukup cairan melalui ASI.

Menurut asumsi peneliti, rendahnya frekuensi buang air kecil (BAK) bayi sebelum intervensi kemungkinan disebabkan oleh kurangnya volume ASI yang diterima bayi akibat teknik menyusui yang belum optimal atau rendahnya produksi ASI pada ibu. Hal ini sejalan dengan temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa produksi ASI yang kurang dapat berdampak langsung pada jumlah BAK bayi. Peneliti juga berasumsi bahwa sebagian ibu belum mendapatkan edukasi atau pendampingan yang cukup mengenai posisi dan pelekatan menyusui yang benar, sehingga asupan ASI bayi tidak maksimal. Oleh karena itu, intervensi seperti pijat oksitosin dipandang penting untuk membantu meningkatkan produksi ASI dan secara tidak langsung meningkatkan frekuensi BAK bayi.

Rata- Rata peningkatan kelancaran produksi ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin pada ibu menyusui

Berdasarkan hasil posttest, diketahui bahwa rata-rata jumlah buang air kecil (BAK) bayi setelah intervensi meningkat menjadi 9,13 kali per hari (baik), dengan standar deviasi sebesar 0,973. Jumlah BAK minimum yang tercatat adalah 8 kali (baik), sedangkan maksimum mencapai 11 kali per hari (baik). Peningkatan ini menunjukkan adanya perubahan positif setelah intervensi dilakukan, yang kemungkinan besar berkaitan dengan peningkatan asupan cairan, terutama dari pemberian ASI yang lebih optimal. Frekuensi BAK yang tinggi pada bayi umumnya menjadi indikator bahwa kebutuhan cairan tercukupi dengan baik.

Menurut Utami dan Sulastrri (2022), frekuensi BAK bayi dapat dijadikan indikator tidak langsung untuk menilai kecukupan asupan ASI. Bayi yang mendapatkan ASI cukup cenderung mengalami BAK lebih dari 6 kali dalam 24 jam. Penelitian ini sejalan dengan hasil yang diperoleh, di mana seluruh responden mengalami peningkatan jumlah BAK setelah intervensi.

Salah satu faktor yang diyakini turut berperan dalam peningkatan ini adalah intervensi pijat oksitosin, yang telah terbukti membantu merangsang hormon oksitosin dan meningkatkan produksi ASI. Penelitian oleh Anggraeni dan Fitriyani (2023) menunjukkan bahwa pemberian pijat oksitosin pada ibu menyusui secara signifikan meningkatkan volume ASI yang dihasilkan, yang kemudian berdampak pada peningkatan frekuensi BAK bayi.

Menurut asumsi peneliti, peningkatan ini menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan

berhasil memperbaiki pola dan kuantitas menyusui. Hal ini bukan hanya meningkatkan jumlah cairan yang dikonsumsi bayi, tetapi juga dapat berdampak positif terhadap pertumbuhan dan kesehatan bayi secara keseluruhan.

Pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Putih Doh Kabupaten Tanggamus tahun 2025

Berdasarkan data menunjukkan bahwa dari hasil uji statistik menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks Test diperoleh nilai p -value ($0,000 < 0,05$). Hal ini menyatakan bahwa H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Putih Doh Kabupaten Tanggamus tahun 2025.

Pijat oksitosin merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang terbukti efektif dalam merangsang refleksi let-down ASI melalui stimulasi hormon oksitosin. Menurut Putri dan Lestari (2023), pijat oksitosin yang dilakukan secara teratur dapat meningkatkan kadar hormon oksitosin dalam darah ibu, yang berperan penting dalam proses pengeluaran ASI. Selain itu, teknik ini juga membantu mengurangi stres dan meningkatkan kenyamanan ibu saat menyusui, sehingga berpengaruh pada peningkatan produksi ASI.

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi oleh Rahmawati et al. (2022) yang menemukan bahwa ibu menyusui yang mendapat intervensi pijat oksitosin mengalami peningkatan volume ASI secara signifikan dibandingkan kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa pijat oksitosin tidak hanya memberikan efek fisiologis, tetapi juga psikologis dalam mendukung proses laktasi.

Menurut asumsi peneliti, peningkatan kelancaran produksi ASI yang terjadi setelah pemberian pijat oksitosin disebabkan oleh kombinasi efek hormonal dan emosional yang saling mendukung. Dengan relaksasi yang tercipta selama pijatan, hormon oksitosin lebih mudah dilepaskan, sehingga refleksi pengeluaran ASI menjadi lebih efektif. Oleh karena itu, intervensi ini dapat dijadikan sebagai alternatif terapi pendukung dalam upaya meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

SIMPULAN

Hasil dari 30 responden diperoleh rata-rata peningkatan kelancaran produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin pada ibu menyusui dengan nilai 3,00 kali (cukup). Dari 30 responden diperoleh rata-rata peningkatan kelancaran produksi ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin pada ibu menyusui dengan nilai 9,13 kali per hari (baik). Dari hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* diperoleh nilai p -value ($0,000 < 0,05$), H_0 ditolak artinya ada pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Putih Doh Kabupaten Tanggamus tahun 2025.

DAFTAR PUSTAKA

Afriany FS., Nurrohman A & 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*, vo; 2(3). DOI:

<https://doi.org/10.57213/tjghpsr.v2i1.395>
Akhiriyanti, E. N., Nisa, H., & Telaumbanua, L. K. (2021). Ayah ASI. Mitra Wacana Media. www.mitrawacanamedia.com
Armini, W., Sriasih, G.K. dan Marhaeni, G.A. (2020). Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi, Balita & Anak Prasekolah. Yogyakarta : Penerbit ANDI
Anggraeni, M., & Fitriyani, L. (2023). Efektivitas Pijat Oksitosin terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Postpartum. *Jurnal Ilmu Kebidanan Indonesia*, 11(2), 89–95.
Arniyanti, A., & Angraeni, D. (2020). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum di Rumah Sakit Khusus Daerah Ibu dan Anak Siti Fatimah Makassar. *Jurnal Mitrasehat*, 10(1), 1–11.
Azizah & Rosyidah. (2019). Buku Ajar Mata Kuliah Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. In *Buku Ajar Mata Kuliah Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. <https://doi.org/10.21070/2019/978-602-5914-78-2>
Badan Pusat Statistik. (2022). *Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan Asi Eksklusif Menurut Provinsi (Persen), 2020-2022*. <https://www.bps.go.id/indicator/30/1340/1/persentase-bayi-usia-kurang-dari-6-bulan-yang-mendapatkan-asi-eksklusif-menurut-provinsi.html>.
Dewi, R. P., Lestari, P. A., & Sari, I. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Menyusui. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(1), 45–52.
Dinkes Tanggamus. (2024). *Profil Kesehatan Kabupaten Tanggamus 2023-2024* (pp. 1–65).
Doko, T. M., Aristiati, K., & Hadisaputro, S. (2019). Pengaruh pijat oksitosin olehsuami terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(2), 66–86.
Fauziah, A.N., Mayasari, T.A., Safitri, N.D., Febriyanti, H., Primadevi, I. (2021). *Metodelogi Penelitian Bagi Peneliti Pemula*. Surabaya: Pustaka Aksara.
Hardani., Auliya., Andriani, H., Fardani., Ustiawaty., Utami., Sukmana, D. J., & Istiqomah R.R. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif* (Issue March). CV Pustaka Ilmu Group.
Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Pedoman Pelayanan Menyusui dan Intervensi Laktasi di Fasilitas Kesehatan*. Jakarta: Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu Anak.
Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Petunjuk Teknis Pemberian ASI Eksklusif di Fasilitas Pelayanan Kesehatan*. Jakarta: Kemenkes RI.
Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Panduan Praktis Pemberian ASI dan Kecukupan Cairan pada Bayi*. Jakarta: Direktorat Kesehatan Keluarga.
Kementrian Kesehatan. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2020* (B. Hardana, S.Si,MM (ed.)). Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
Magdalena, M., Auliya, D., Usraleli, U., Melly, M., & Idayanti, I. (2020). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu menyusui di

- wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo Rawat Jalan Pekanbaru. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 344–348.
- Mawaddah, S. (2022). *Keputusan Ibu dalam Memberikan ASI Eksklusif* (M. Nasrudin (ed.); Cetak 1). Jawa Tengah: PT. Nasya Expanding Management.
<https://play.google.com/books/reader?id=H22AEAAAQBAJ&pg=GBS.PA2&hl=id>.
- Noviyana, N., Lina, P. H., Diana, S., Dwi, U., Eni, N., Fransisca, A., Lataminarni, S., Rani, H. W., Ruth, A., & Welmi, S. (2022). Efektivitas pijat oksitosin dalam pengeluaran ASI. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 5(1), 23–33.
- Puskesmas Putih Doh. (2025). *Profil Puskesmas Putih Doh Kecamatan Cukuh Balak 2024*. 1. 1–63.
- Putri, D. A., & Lestari, N. A. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ilmu Kebidanan dan Keperawatan*, 15(1), 52–59.
- Rahmawati, I., Sari, R. M., & Pratiwi, R. (2022). Efektivitas Pijat Oksitosin dalam Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(2), 88–95
- Rahayuningsih. (2020). *Perawatan Payudara dan Pijat Oksitosin*. Yogyakarta: Goshyen Publishing.
- Sasi, D. K., Devy, S. R., & Qomaruddin, M. B. (2022). Perilaku ibu dalam mengatasi hambatan pemberian ASI. *Jurnal Keperawatan*, 20(3), 13–22
- Siahaya A., Talahatu O& Paunno M. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Kecukupan Asi Bayi Baru Lahir Di Praktik Mandiri Bidan Kota Ambon. *Jurnal Keperawatan*, vol 15(3).
<https://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Sugiyono. (2019). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Sungkar & Gati. (2023). Penerapan Pijat Oksitosin Oleh Suami Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Desa Ngrukuh Kabupaten Klaten. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Kesehatan*, vol 1(4). DOI :
<https://doi.org/10.59841/jumkes.v1i4.282>.
- Utami, S. R., & Sulastri, R. (2022). Frekuensi BAK sebagai Indikator Kecukupan ASI pada Bayi Usia 0–6 Bulan. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 14(1), 37–44.
- WHO. (2022). World health statistics 2022 (Monitoring health of the SDGs). In *Monitoring health of the SDGs*.
<http://apps.who.int/bookorders>.
- Widiyanti, D., & Nurhayati, S. (2021). Hubungan Teknik Menyusui dengan Frekuensi Buang Air Kecil pada Bayi Usia 0–6 Bulan. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan Indonesia*, 9(2), 115–121.
- Yustianti, D., Susilawati, S., & Hermawan, D. (2020). Pijat teknik marmet pada post partum dan produksi ASI. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(3), 338–345.
<https://doi.org/10.33024/hjk.v14i3.1855>.