



STUDI KASUS

PENERAPAN PIJAT OKSITOSIN UNTUK MENGATASI KETERLAMBATAN ONSET LAKTASI PADA PERIODE AWAL POSTPARTUM

Fasiha*, Nur Umi Syahrani

Program Studi D-III Kebidanan Ambon, Poltekkes Kemenkes Maluku

E-mail: fasiha220478@gmail.com

Abstract

Failure in the breastfeeding process is often caused by the emergence of several problems, both problems for the mother and the baby. Problems from mothers that arise during breastfeeding can start before delivery (antenatal period), in the early postpartum period, and after late labor. Problems with breastfeeding can also be caused by special circumstances, such as delayed onset of lactation on early postpartum period, the mother complaining that her baby often cries or refuses to breastfeed, which then means that the milk is not enough or not good enough to make the decision to stop breastfeeding. Anxiety caused by fear of not being able to produce milk and not having enough milk is the most common reason women fail to start breastfeeding, stop breastfeeding too soon, or start complementary feeding before it is needed. One alternative to help facilitate breast milk is to do oxytocin massage. In this case study, after full breast oxytocin massage before breastfeeding, the milk output was good, the baby showed a good sucking and swallowing response, after the oxytocin massage technique was carried out independently and assisted by the husband, the milk came out smoothly. Mother says that the baby is calm and sleeps soundly not fussy.

Keywords: Onset of lactation, oxytocin massage, postpartum.

Abstrak

Kegagalan dalam proses menyusui sering disebabkan karena timbulnya beberapa masalah, baik masalah pada ibu maupun pada bayi. Masalah dari ibu yang timbul selama menyusui dapat dimulai sejak sebelum persalinan (periode antenatal), pada masa pasca persalinan dini, dan pasca masa persalinan lanjut. Masalah menyusui dapat pula diakibatkan karena keadaan khusus seperti keterlambatan onset laktasi pada periode awal postpartum, ibu mengeluhkan bayinya sering menangis atau menolak menyusu yang kemudian diartikan bahwa ASI tidak cukup atau tidak baik sehingga menyebabkan diambilnya keputusan untuk menghentikan menyusui. Rasa cemas yang disebabkan oleh perasaan takut tidak mampu menghasilkan ASI dan tidak memiliki ASI yang cukup adalah suatu alasan yang paling sering dikemukakan oleh ibu yang gagal mulai menyusui, berhenti menyusui terlalu cepat, atau memulai pemberian makanan tambahan sebelum makanan itu dibutuhkan. Salah satu alternatif untuk membantu memperlancar ASI adalah melakukan pijat oksitosin. pada studi kasus ini setelah dilakukan pijatan oksitosi payudara penuh sebelum menyusui, pengeluaran ASI baik, bayi menunjukkan respon menghisap dan menelan yang baik, setelah dilakukan tindakan teknik pijat oksitosin secara mandiri dan dibantu oleh suami ASI keluar lancar. Ibu mengatakan bahwa bayinya tenang dan tidur pulas tidak rewel.

Kata kunci: Onset laktasi, pijat oksitosin, postpartum.

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan periode yang akan dilalui oleh ibu setelah masa persalinan, yang dimulai dari setelah kelahiran bayi dan plasenta, yakni setelah berakhirnya kala IV dalam persalinan dan berakhir sampai dengan 6 minggu (42 hari) yang ditandai dengan berhentinya perdarahan. Masa nifas (postpartum) adalah masa ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan semula (sebelum hamil). Masa nifas berlangsung selama 6 minggu¹. Pada masa nifas salah satu perubahan fisiologis terjadi pada payudara. Perubahan pada payudara dapat meliputi penurunan kadar progesteron dan peningkatan hormon prolaktin setelah persalinan. Kolostrum sudah ada saat persalinan, produksi ASI terjadi pada hari kedua atau hari ketiga setelah persalinan. Payudara menjadi besar sebagai tanda mulainya proses laktasi. Air susu ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi terbaik yang dapat meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Pemberian makanan yang tepat untuk bayi sangat penting dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal dan mencegah malnutrisi².

Memberikan air susu ibu (ASI) secara eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan seorang anak merupakan bagian dari pelaksanaan standar emas pemberian makanan bayi dan anak (PMBA) yang direkomendasikan oleh WHO dan UNICEF. ASI mengandung zat gizi lengkap yang dibutuhkan oleh seorang bayi dan juga mudah dicerna oleh perut bayi yang kecil dan sensitif. Hanya memberikan ASI saja sudah sangat cukup untuk memenuhi kebutuhan zat gizi bayi di bawah usia enam bulan. Lancet 2013 juga menyatakan bahwa pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia kurang dari 6 bulan dapat menurunkan risiko bayi untuk mengalami stunting. Anak yang mendapatkan ASI Eksklusif cenderung memiliki kemampuan kognitif yang lebih baik dan berisiko lebih rendah untuk mengalami overweight/obesitas dan penyakit tidak menular pada saat dewasa. Memberikan ASI Eksklusif juga memberikan manfaat untuk Ibu, karena cenderung berisiko rendah untuk mengalami kanker payudara dan rahim³. Berdasarkan laporan rutin Direktorat Gizi Masyarakat tahun 2021 per tanggal 4 Februari 2022, diketahui bahwa dari 1.845.367 bayi usia < 6 bulan yang di *recall* terdapat 1.287.130 bayi usia < 6 bulan yang mendapat ASI Eksklusif, sehingga dapat disimpulkan bahwa capaian indikator bayi usia < 6 bulan mendapat ASI Eksklusif sebesar 69,7%. Capaian ini belum memenuhi target tahun 2021, yaitu sebesar 45%³.

Kegagalan dalam proses menyusui sering disebabkan karena timbulnya beberapa masalah, baik masalah pada ibu maupun pada bayi. Masalah dari ibu yang timbul selama menyusui dapat dimulai sejak sebelum persalinan (periode antenatal), pada masa pasca persalinan

dini, dan pasca masa persalinan lanjut. Masalah menyusui dapat pula diakibatkan karena keadaan khusus seperti keterlambatan onset laktasi pada periode awal postpartum, ibu mengeluhkan bayinya sering menangis atau menolak menyusu yang kemudian diartikan bahwa ASI tidak cukup atau tidak baik sehingga menyebabkan diambilnya keputusan untuk menghentikan menyusui. Rasa cemas yang disebabkan oleh perasaan takut tidak mampu menghasilkan ASI dan tidak memiliki ASI yang cukup adalah suatu alasan yang paling sering dikemukakan oleh ibu yang gagal mulai menyusui, berhenti menyusui terlalu cepat, atau memulai pemberian makanan tambahan sebelum makanan itu dibutuhkan. Dukungan psikologis dari keluarga, petugas kesehatan dan masyarakat akan memperkuat keyakinan diri ibu bahwa dia dapat berhasil menyusui. Kebutuhan ibu berupa akses informasi yang lebih jelas dari profesional kesehatan sejak periode antenatal sampai postnatal juga berpengaruh besar terhadap keberhasilan laktasi.

Untuk mencapai inisiasi menyusui yang baik, ibu harus menerima bantuan profesional untuk cara menyusui selama jam-jam pertama kelahiran. Dari segi ketenagaan, harus dipastikan bahwa semua staf peduli pada ibu menyusui dan dapat menjawab semua pertanyaan ibu tentang menyusui. Peran dari petugas kesehatan memegang kunci penting untuk keberhasilan menyusui. Latar belakang budaya juga harus dipertimbangkan oleh petugas kesehatan untuk mengintervensi ibu menyusui. Ibu dapat diuntungkan dengan adanya dukungan menyusui untuk meningkatkan self efficacy dan perasaan mampu, kuat dan dapat menjadi ibu yang baik⁴.

Salah satu alternatif untuk membantu memperlancar ASI adalah melakukan pijat oksitosin. Cara pemijatan oksitosin yaitu pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) ibu sampai tulang *costae* ke-5 sampai ke-6 dan merupakan cara untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijat oksitosin dilakukan untuk merangsang refleksi oksitosin dan refleksi *let down*. Selain untuk merangsang refleksi *let down* manfaat memijat oksitosin dapat memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi edema pada payudara mengurangi sumbatan ASI, sehingga ASI dapat keluar dengan sendirinya⁵.

Berdasarkan uraian di atas, penulis merasa tertarik untuk melakukan asuhan kebidanan pada Ny. A PIIA0 postpartum 6 jam yang mengeluh ASI-nya belum lancar dan merasa cemas jika bayinya tidak mendapatkan ASI. Diharapkan melalui aplikasi Pijat Oksitosin yang diberikan dapat memperlancar produksi ASI, ibu merasa lebih nyaman menyusui bayinya, ibu dapat memberikan ASI *on-demand* serta bayi mendapatkan ASI Eksklusif.

PRESENTASI KASUS

Gambaran umum keadaan klien dalam studi kasus ini dapat dilihat pada **Tabel 1**.

Tabel 1. Gambaran Umum Keadaan Klien

Nama (Umur)	Karakteristik Umum	Riwayat Obstetri	Hasil Pengkajian
Ny. A (32 tahun)	Ny. A adalah seorang IRT dengan pendidikan terakhir SMU. Suaminya Tn. K. (33 tahun), pendidikan terakhir SMU, pekerjaannya sebagai PKL.	P ₁₁ A ₀ , partus spontan aterm 39 minggu tanggal 01 Januari 2022 bayi laki-laki, menangis kuat, tonus otot baik, tidak ada kelainan bawaan dengan berat lahir 3800 gram dan panjang badan 51 cm.	Pengkajian yang dilakukan pada tanggal 02 Januari 2022, ibu mengatakan ASI belum keluar sehingga belum menyusui bayinya. Ibu beranggapan kondisi saat ini tidak seperti anak pertamanya dahulu. Biasanya hari pertama setelah lahir sudah keluar ASI. Ibu cemas dengan keadaannya dan khawatir tidak dapat memberikan bayinya ASI. TTV : TD : 110/70 mmHg, nadi 80x/m, suhu 36,6°C, RR 22x/m. Payudara simetris kiri dan kanan, payudara tampak tegang, puting susu menonjol, puting susu dan areola tampak kotor. TFU 3 jari bawah pusat, kontraksi uterus baik, perdarahan 50 cc, kandung kemih kosong, lochea rubra

Berdasarkan **Tabel 1**, diketahui bahwa riwayat kehamilan dan persalinan klien berlangsung normal.

Asuhan kebidanan pada Ny A dilakukan dengan menggunakan 7 langkah varney dan pendokumentasian SOAP. Asuhan yang diberikan hari pertama postpartum dimulai dari tanggal 02 Januari sampai 04 Januari 2022. Data subjektif ibu mengatakan melahirkan anak kedua secara normal pada tanggal 01 Januari 2022 pukul 07.38 WIT, Ibu mengatakan ASI belum keluar sehingga belum menyusui bayinya. Ibu beranggapan kondisi saat ini tidak seperti anak pertamanya dahulu. Biasanya hari pertama setelah lahir sudah keluar ASI. Ibu cemas dengan keadaannya dan khawatir tidak dapat memberikan bayinya. Hasil pengkajian data objektif diperoleh dengan cara melakukan pemeriksaan, baik pemeriksaan umum, fisik dan penunjang. Pada pemeriksaan umum didapatkan bahwa keadaan umum ibu baik, kesadaran compos mentis, tekanan darah 110/70 mmHg, nadi 80 x/menit, pernapasan 22 x/menit, suhu 36,6°C. Pemeriksaan fisik yang diperoleh dalam batas normal, payudara simetris, tidak ada pembengkakan dan benjolan patologis, pengeluaran ASI tidak lancar, puting susu menonjol, areola kehitaman, pada abdomen TFU pertengahan pusat simpisis, uterus keras, ada linea nigra, tidak ada bekas operasi, tidak ada nyeri tekan, genitalia ada laserasi, lochea rubra, pada pemeriksaan penunjang golongan darah O, hemoglobin 12 gr%.

Interpretasi dari hasil data subjektif dan objektif adalah Ny A umur 32 tahun masa nifas hari ke-1 dengan masalah ASI tidak lancar. Kebutuhan pada ibu nifas hari ke-1 dengan masalah ASI tidak lancar, diantaranya memastikan tanda-tanda vital, TFU dan kontraksi baik, menjelaskan tentang pemenuhan nutrisi, menjelaskan penyebab ASI tidak lancar, KIE tentang personal hygiene, kebutuhan istirahat, perawatan bayi baru lahir, cara menyusui baik dan benar dan melakukan pijat oksitosin. Informed consent, mengkaji data subjektif, mengkaji data objektif, melakukan diagnosa, mencegah terjadinya perdarahan pada masa nifas, melakukan pemeriksaan TFU dan kontraksi uterus, mendeteksi dan merawat penyebab lain perdarahan dan memberikan rujukan bila perdarahan berlanjut, memberikan konseling kepada ibu atau salah satu anggota keluarga mengenai bagaimana mencegah perdarahan masa nifas karena atonia uteri, mengajarkan ibu cara menyusui yang baik dan benar, pemberian ASI pada masa awal menjadi ibu, menganjurkan ibu untuk istirahat yang cukup dan makan-makanan yang bergizi, mengajarkan ibu untuk mempererat hubungan antara ibu dan bayi baru lahir, menjaga bayi tetap sehat dengan cara mencegah hipotermi, memberitahu manfaat dan cara pijat oksitosin, melakukan pijat oksitosin.

Pijat oksitosin dilakukan selama 3 hari yaitu tanggal 02 sampai dengan 04 Januari 2022. hari pertama pada tanggal 02 Januari 2022, pukul 15.00 WIT. Melakukan teknik pijat oksitosin selama 8 menit dengan cara memijat kedua sisi tulang belakang klien dengan menggunakan dua kepalan tangan dengan posisi ibu jari menunjuk kedepan. Penulis juga mengajarkan suami dan keluarga ibu teknik pijat oksitosin sehingga dapat melakukan pijatan kepada Ibu.

Hasil evaluasi hari ke 2 pada tanggal 03 Januari 2022 jam 17.00 WIT yaitu kolostrum ada, ASI belum keluar, klien khawatir jika anaknya tidak kenyang. Ibu merasa nyaman dengan diberikan tindakan teknik pijat oksitosin. Ibu paham setelah diajarkan cara menyusui yang benar. Hasil pemeriksaan puting menonjol, payudara simetris, tekanan darah: 110/70 mmHg, nadi: 82x/menit, respirasi: 22x/menit, dan suhu 36,7°C. Penulis mengulangi teknik pijat oksitosin serta memberikan informasi manfaat menyusui.

Hasil evaluasi yang dilakukan pada hari ke 3 tanggal 04 Januari 2022, pukul 17.00 WIT yaitu Ibu mengatakan bisa melakukan teknik menyusui yang benar dan setelah dilakukan teknik pijat oksitosin ASI keluar lancar dan bayi mulai mau menyusu. Penulis memberikan motivasi klien untuk memberikan ASI setiap 2 jam sekali. Suami membantu istri untuk melakukan teknik pijat oksitosin setelah diajarkan oleh penulis. Ibu dan suami sangat kooperatif setelah

diberikan pengetahuan mengenai manfaat menyusui baik fisiologis maupun psikologis. Ibu juga mengatakan payudara penuh sebelum menyusui, pengeluaran ASI baik, bayi menunjukkan respon menghisap dan menelan yang baik, setelah dilakukan tindakan teknik pijat oksitosin secara mandiri dan dibantu oleh suami ASI keluar lancar. Ibu mengatakan bahwa bayinya tenang dan tidur pulas tidak rewel.

PEMBAHASAN

Pemberian ASI dipengaruhi kesehatan fisik dan mental, jenis persalinan yang direncanakan, pendapatan, pendidikan, paritas, etnis, dan kesulitan menyusui. Kendala pemberian ASI terutama pada periode awal setelah melahirkan yaitu ASI yang tidak lancar karena ibu kelelahan akibat proses persalinan. Kondisi tersebut memicu ketidaknyamanan sehingga menimbulkan stress⁶. Pada hasil pengkajian studi kasus ini ibu mengatakan ASI belum keluar sehingga belum menyusui bayinya. Ibu beranggapan kondisi saat ini tidak seperti anak pertamanya dahulu. Biasanya hari pertama setelah lahir sudah keluar ASI. Ibu cemas dengan keadaannya dan khawatir tidak dapat memberikan bayinya. Hal ini sesuai hasil penelitian yang dilakukan oleh Kamariyah (2014) bahwa terdapat hubungan antara kondisi psikologis ibu dengan kelancaran produksi ASI, keadaan psikologis ibu yang baik akan memotifasi untuk menyusui bayinya sehingga hormon yang berperan pada produksi ASI akan meningkat karena produksi ASI dimulai dari proses menyusui dan akan merangsang produksi ASI Ibu pasca persalinan harus mempersiapkan diri untuk menyusui bayinya, tetapi sebagian ibu mengalami kecemasan sehingga mempengaruhi kelancaran ASI⁷⁻⁸.

Ibu menyusui harus berpikir positif dan rileks agar tidak mengalami kecemasan dan kondisi psikologis ibu menjadi baik, kondisi psikologis yang baik dapat memicu kerja hormon yang memproduksi ASI. Pada awal pasca persalinan ibu nifas yang memiliki rasa cemas akan menyebabkan *blocking* terhadap mekanisme *let down reflex*. Maka akan memicu pelepasan hormon adrenalin yang menyebabkan penyempitan pembuluh darah pada alveolus sehingga oksitosin yang seharusnya dapat mencapai targetnya yaitu sel-sel miopitel disekitar alveolus agar berkontraksi dan mendorong ASI yang telah terbuat masuk ke duktus laktiferus menjadi tidak terlaksana, sehingga dapat menghambat pengeluaran produksi ASI^{7,8}. Dalam mengatasi ASI tidak lancar pada Ibu, penulis melakukan aplikasi pijat oksitosin. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. 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. Selain memberi kenyamanan pada ibu dan merangsang

refleks oksitosin, pijat oksitosin juga memiliki manfaat lain, yaitu mengurangi pembengkakan payudara (*engorgement*), mengurangi sumbatan ASI (*plugged milk, duct*), dan membantu mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit⁹.

Pijat Oksitosin merupakan pemijatan tulang belakang pada costa ke 5-6 sampai ke *scapula* yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis merangsang hipofise posterior. Pijat oksitosin dilakukan untuk merangsang reflek oksitosin atau refleksi *let down*. Pijat oksitosin ini dilakukan dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang, sehingga diharapkan dengan dilakukannya pemijatan tulang belakang ini, ibu akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan segera hilang. Jika ibu rileks dan tidak kelelahan dapat membantu pengeluaran hormon oksitosin. Pijatan atau pada tulang belakang, *neurotransmitter* akan merangsang *medulla oblongata* langsung mengirim pesan ke *hypothalamus* di *hypofise posterior* untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Pijat oksitosin efektif dilakukan pada hari pertama dan kedua postpartum, karena pada kedua hari tersebut ASI belum terproduksi cukup banyak. Pijat oksitosin bisa dilakukan kapanpun ibu mau dengan durasi ± 15 menit, lebih disarankan dilakukan sebelum menyusui atau memerah ASI. Sehingga untuk mendapatkan jumlah ASI yang optimal dan baik, sebaiknya pijat oksitosin dilakukan setiap hari dengan durasi ± 15 menit⁵.

Hormon yang bekerja yaitu adanya Refleks Prolaktin. Refleks ini secara hormonal untuk memproduksi ASI. Selain itu, Waktu bayi menghisap payudara ibu, terjadi rangsangan *neurohormonal* pada puting susu dan aerola ibu. Rangsangan ini diteruskan ke hipofise melalui *nervus vagus*, terus ke lobus anterior. Dari lobus ini akan mengeluarkan hormon prolaktin, masuk ke peredaran darah sampai pada kelenjar-kelenjar pembuat ASI. Kelenjar ini akan terangsang untuk menghasilkan ASI. Refleks aliran (*let down reflex*) bersamaan dengan pembentukan prolaktin oleh hipofise anterior, rangsangan yang berasal dari isapan bayi dilanjutkan ke hipofise posterior yang kemudian dikeluarkan oksitosin. Melalui aliran darah, hormon ini menuju uterus sehingga menimbulkan kontraksi. Kontraksi dari sel akan memeras air susu yang telah terbuat keluar dari alveoli dan masuk ke sistem duktus dan selanjutnya mengalir melalui masuk ke mulut bayi¹⁰.

Manfaat Pijat Oksitosin Pijat oksitosin memberikan banyak manfaat dalam proses menyusui, karena kinerjanya yang merangsang kinerja hormon oksitosin seperti meningkatkan kenyamanan pada ibu setelah melahirkan, mengurangi stres pada ibu setelah melahirkan,

mengurangi nyeri pada tulang belakang sehabis melahirkan, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin dan memperlancar produksi ASI, dan mempercepat proses involusi uterus sehingga mengurangi pendarahan pasca melahirkan⁵.

Beberapa Penelitian menunjukkan bahwa pengaruh intervensi pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI sebesar 0,52 yang dari sebelum intervensi sebesar 1,12 menjadi 1,64 setelah dilakukannya intervensi pijat oksitosin. Berdasarkan hasil Uji T dependen didapatkan hasil P-value 0,0001 yang artinya terdapat hubungan yang bermakna antara pemberian pijat oksitosin terhadap kuantitas produksi ASI. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI¹¹.

Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) dan merupakan usaha untuk merangsang hormon oksitosin setelah melahirkan. Pijatan punggung memberikan efek bagi sistem otot dengan cara memberikan keseimbangan antara relaksasi dan kontraksi. Gerakan pijat punggung membuat otot dan jaringan lunak merenggang dan rileks, mengurangi ketegangan dan kram. Selama proses pijatan punggung, terjadi gerakan relaksasi dan kontraksi yang mengirim sinyal ke otak (hipotalamus), selanjutnya hipotalamus merangsang hipofisis, kemudian hipofisis merangsang saraf parasimpatis untuk mengeluarkan zat kimiawi/hormon dopamine, serotonin, oksitosin, endorphin yang berfungsi untuk relaksasi dan memicu pengeluaran Asi. Pada saat yang sama hipofisis mengurangi hormone kortisol, norepinefrin, epinefrin. Kondisi ini akan meningkatkan perasaan seorang terhadap rasa nyaman, menciptakan rasa bahagia, rasa puas, keseimbangan psikomotor, penurunan frekuensi detak jantung, penurunan tekanan darah, peningkatan sirkulasi darah dan limfa, sehingga homeostatis tubuh kembali seimbang dan rasa untuk menyusui bayi menjadi meningkat¹¹.

Pemberian pijat oksitosin juga memiliki manfaat yang lain seperti menenangkan dan mengurangi stress, membangkitkan rasa percaya diri, membantu ibu agar pikiran dan perasaan yang baik tentang bayinya. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ema (2017) menunjukkan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Pejeruk tahun 2017. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan diberikan pijat oksitosin akan lebih memperlancar produksi ASI pada ibu postpartum. Pijatan atau rangsangan pada tulang belakang, *neurotransmitter* akan merangsang *medulla oblongata* langsung mengirim pesan ke *hypothalamus* di *hypofise posterior* untuk mengeluarkan oksitosin, sehingga payudara

mengeluarkan air susu. Melakukan perawatan payudara secara rutin juga dapat mempengaruhi produksi ASI sebanyak 20 responden pada penelitian ini melakukan perawatan payudara secara mandiri dengan menggunakan baby oil dimulai pada masa kehamilan. Hal ini sesuai dengan teori bahwa gerakan pada perawatan payudara bermanfaat melancarkan pengeluaran ASI dan juga secara efektif meningkatkan volume ASI. Produksi ASI dapat dipengaruhi oleh berbagai hal seperti makanan, frekuensi menyusui, umur kehamilan pada saat melahirkan, berat bayi lahir, stres, penyakit akut, konsumsi rokok, pil kontrasepsi¹².

Penelitian yang dilakukan oleh Suhertusi pada tahun 2019 tentang peningkatan volume ASI dengan pijatan oksitosin sejalan dengan penelitian ini. Dimana hasil penelitian Suhertusi didapatkan hasil adanya peningkatan volume ASI sesudah diberikan pijat oksitosin. Pengeluaran ASI dipengaruhi oleh produksi dan volume. Volume ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin sementara pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Hormon oksitosin keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui isapan bayi atau melalui pijatan pada tulang belakang. Pijatan pada tulang belakang akan membuat tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai, sehingga hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar¹³⁻¹⁴.

Pada ibu menyusui dengan kondisi psikologis yang tidak nyaman atau stress maka akan terjadi hambatan dari reflek let down, sehingga akan menurunkan produksi oksitocin yang berakibat terhambatnya pengeluaran asi. Ibu dalam kondisi stress akan meningkatkan produksi hormon adrenalin yang menyebabkan vasokonstriksi pada pembuluh darah alveoli, sehingga oksitosin yang mencapai miopitel kelenjar mammae hanya sedikit. Untuk mengurangi rasa tidak nyaman pada ibu maka dilakukan pijat oksitosin. Penelitian dilakukan oleh Rahayu and Yunarsi (2018) yang didapatkan hasil pijat oksitosin meningkatkan kenyamanan dan produksi ASI pada ibu nifas. Pijat oksitosin dapat digunakan sebagai intervensi alternatif dalam memberikan asuhan pada ibu nifas terutama untuk mencegah permasalahan menyusui^{13,14}.

Pelaksanaan studi kasus ini juga melibatkan peran suami dimana suami juga diajarkan untuk melakukan pijatan oksitosin kepada ibu. Pijatan dilakukan secara mandiri oleh suami. Ibu merasa senang dan lebih nyaman. Dukungan yang diberikan oleh suami memiliki dampak positif terhadap keberhasilan ibu memberikan ASI kepada bayinya sehingga di masyarakat munculah istilah Ayah ASI. Beberapa responden/ ibu merasa senang dan lebih

nyaman pemijatan oksitosin langsung dilakukan oleh suami. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rina (2019) menyatakan ada pengaruh pijat oksitosin yang dilakukan oleh suami dapat mempercepat pengeluaran ASI¹³⁻¹⁴.

Dari semua dukungan bagi ibu menyusui, dukungan suami adalah dukungan yang paling berarti bagi ibu. Hal ini menunjukkan bahwa keputusan seorang ibu untuk menyusui membutuhkan dukungan dari suami dan keluarga yang berguna bagi tumbuh kembang yang optimal baik fisik maupun mental dan kecerdasannya. Dukungan yang diberikan oleh keluarga kepada ibu dapat membuat ibu memiliki keyakinan dan rasa percaya diri bahwa dia mampu untuk memproduksi ASI yang cukup untuk bayinya, sehingga produksi ASI menjadi lancar (Dewi, Santika, 2017). Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rina (2019) yang menyatakan ada pengaruh pijat oksitosin yang dilakukan oleh suami terhadap percepatan pengeluaran ASI. Dari semua dukungan bagi ibu menyusui, dukungan suami adalah dukungan yang paling berarti bagi ibu. Suami dapat berperan aktif dalam keberhasilan ASI eksklusif karena suami akan turut menentukan kelancaran refleks pengeluaran (*milk let down reflex*) yang sangat dipengaruhi oleh keadaan emosi atau perasaan ibu. Suami dapat memberikan dukungan secara emosional dan bantuan-bantuan praktis^{13,14}.

KESIMPULAN

Studi kasus ini menunjukkan bahwa dengan melakukan pijat oksitosin berpengaruh dengan lancarnya pengeluaran ASI pada hari ke 2 pascasalin. Pijat oksitosin juga dilakukan oleh suami. Ibu juga mengatakan payudara penuh sebelum menyusui, pengeluaran ASI baik, bayi menunjukkan respon menghisap dan menelan yang baik. Ibu mengatakan bahwa bayinya tenang dan tidur pulas tidak rewel.

SARAN

Penerapan pijat oksitosin dapat digunakan sebagai bentuk intervensi yang membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum. Pelaksanaan terapi pijat oksitosin membutuhkan lingkungan yang tenang, aman dan privasi yang tinggi, maka diharapkan bagi pihak puskesmas agar dapat menyediakan tempat khusus yang dapat digunakan untuk melakukan terapi pijat oksitosin. Perlu adanya sosialisasi yang lebih pada hamil dan suami mendapatkan informasi dengan baik. Dengan adanya pemberian asuhan dengan menerapkan pijat oksitosin pada ibu postpartum dapat menjadi upaya untuk meningkatkan produksi asi, sehingga pendidikan kesehatan dan sosialisasi dapat dilakukan secara

berkelanjutan baik dari tenaga kesehatan maupun kader di wilayah kerja Puskesmas Air Besar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Puskesmas Air Besar beserta Bidan Koordinator, yang telah memberikan izin untuk mengelola asuhan kebidanan pada klien dalam studi kasus ini yang berada di wilayah kerjanya.

Referensi

1. Maritalia, Dewi. Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Yogyakarta : Pustaka Pelajar; 2012.
2. Elizabeth, Siwi W dan Endang P. Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui. Yogyakarta : Pustaka Baru Press; 2015.
3. Kemenkes RI. Laporan Kinerja Ditjen Kesehatan Masyarakat Tahun 2021. Jakarta; 2022
4. Widiasih, Restuning. Masalah-Masalah Dalam Menyusui. Jakarta. 2008.
5. Ni Wayan Arminik, Gusti Ayu Marhaeni, Ni Wayan Suarniti, Ni Komang Erny Astiti¹, Ni Made Dwi Purnamayanti. Meningkatkan Self Efficacy Ibu Hamil dalam Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif Melalui Edukasi dengan Metode EMO-DEMO di Desa Batubulan Kangin . Jurnal Pengabmas Masyarakat Sehat. 2020
6. Zuly Daima Ulfa, Yuli Setyaningsih. Hubungan Kecemasan Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Selama Dirawat Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Kasih Ibu Manado. Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan dan Vol. 16 No. 1 Juni 2020
7. Kamariyah, N. Kondisi Psikologis Mempengaruhi Produksi ASI Ibu Menyusui Di BPS Aski Pakis. Sido Kumpul Surabaya; 2014
8. Galuh Ike Arum Cahyani. Aplikasi Pemberian Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu, Prosiding seminar unimus volume 3. 2020
9. Dinni Randayani Lubis, Legina Anggraeni. Pijat Oksitosin Terhadap Kuantitas Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Yang Memiliki Bayi Berusia 0-6 Bulan. JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati), Vol 7, No. 3. Juli 2021
10. Ema Piliaria, Rita Sopiatur. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Pejeruk Kota Mataram Tahun 2017. Jurnal KEDOKTERAN YARSI
11. Suhertusi. Peningkatan Volume ASI Dengan Pemijatan Oksitosin Binarni JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan). Volume 4 No. 1. 2019
12. Rahayu D dan Yunarsih. Penerapan Pijat Oksitoksin dalam Meningkatkan Produksi ASI Ibu Postpartum". Journals of Ners Community. Volume 09. 2018
13. Dewi V. dan Sunarsih T. Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas. Salemba Medika. Jakarta;. 2013.
14. Rina Julianti dan Yulia Susanti. Pengaruh Pijat Punggung Yang Dilakukan Oleh Suami Terhadap Percepatan Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Hari I Dan Ke II Di Puskesmas Sebrang Padang. Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah Menara Ilmu Universitas Sumatera Barat. 2019.