

Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Kelancaran ASI dan Kenyamanan Ibu Selama Menyusui: Studi One-Group Pretest-Posttest di Puskesmas Gedangan

Dini Mayasari^{*1}, Sulistiyah²

¹ Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr Soepraoen, Malang, Indonesia

² Sarjana Kebidanan, Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr Soepraoen Malang, Indonesia
Email: dinimayasari04@gmail.com, sulistiyah@itsk-soepraoen.ac.id

Abstrak

Pemberian ASI eksklusif sangat penting dalam memenuhi kebutuhan nutrisi bayi dan mendukung kesehatan ibu, namun sebagian ibu postpartum mengalami kendala dalam proses laktasi yang dapat memengaruhi Kelancaran ASI dan kenyamanan selama menyusui. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pijat oksitosin terhadap Kelancaran ASI dan kenyamanan ibu selama menyusui di Puskesmas Gedangan, Kabupaten Malang. Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental dengan pendekatan *one-group pretest-posttest*. Sebanyak 30 ibu postpartum dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Intervensi pijat oksitosin diberikan sesuai prosedur standar dengan frekuensi [isi frekuensi] dan lama pemberian [isi durasi setiap sesi]. Kelancaran ASI diukur menggunakan lembar observasi, sedangkan kenyamanan ibu selama menyusui diukur menggunakan kuesioner terstruktur yang mencakup kenyamanan, relaksasi, kepercayaan diri, dan ketenangan. Analisis data menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* dan regresi linier sederhana. Hasil menunjukkan Kelancaran ASI tidak lancar menurun dari 18 responden (60%) menjadi 5 responden (16,7%), cukup lancar meningkat dari 10 responden (33,3%) menjadi 15 responden (50%), dan lancar meningkat dari 2 responden (6,7%) menjadi 10 responden (33,3%). Uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan signifikan pada Kelancaran ASI ($Z = -6,475$; $p = 0,000$). Kenyamanan ibu juga meningkat, ditunjukkan oleh penurunan kategori kurang nyaman dari 16 responden (53,3%) menjadi 4 responden (13,3%), sedangkan kategori nyaman meningkat dari 4 responden (13,3%) menjadi 14 responden (46,7%). Regresi linier sederhana menunjukkan pengaruh signifikan pijat oksitosin terhadap kenyamanan ibu ($t = 3,030$; $p = 0,005$). Pijat oksitosin berpotensi sebagai intervensi nonfarmakologis untuk meningkatkan Kelancaran ASI dan kenyamanan ibu selama menyusui.

Kata kunci: ibu postpartum, intervensi nonfarmakologis, kenyamanan menyusui, pijat oksitosin, Kelancaran ASI

Abstract

Exclusive breastfeeding is essential for meeting infants' nutritional needs and supporting maternal health; however, some postpartum mothers experience lactation difficulties that may affect breast milk production and comfort. This study aimed to analyze the effect of oxytocin massage on breast milk production and maternal comfort at Gedangan Public Health Center, Malang Regency. This quasi-experimental study used a one-group pretest-posttest design. A total of 30 postpartum mothers were selected using total sampling. Oxytocin massage was administered according to standard procedures with a frequency of [insert frequency] and duration of [insert duration per session]. Breast milk production was measured using an observation sheet, while maternal comfort was assessed using a structured questionnaire covering comfort, relaxation, self-confidence, and calmness. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test and simple linear regression. After the intervention, inadequate breast milk production decreased from 18 respondents (60%) to 5 (16.7%), moderately adequate production increased from 10 (33.3%) to 15 (50%), and adequate production increased from 2 (6.7%) to 10 (33.3%). The Wilcoxon test showed a significant difference in breast milk production ($Z = -6.475$; $p = 0.000$). Maternal comfort improved, with the uncomfortable category decreasing from 16 respondents (53.3%) to 4 (13.3%), moderately comfortable increasing from 10 (33.3%) to 12 (40%), and comfortable increasing from 4 (13.3%) to 14 (46.7%). Simple linear regression showed a significant effect of oxytocin massage on maternal comfort ($t = 3.030$; $p = 0.005$). Oxytocin massage has potential as a non-pharmacological intervention to improve breast milk production and maternal comfort.

Keywords: postpartum mothers, non-pharmacological intervention, breastfeeding comfort, oxytocin massage, breast milk production

1. PENDAHULUAN

Masa *postpartum* merupakan periode yang dimulai segera setelah persalinan hingga enam minggu setelah kelahiran, yang ditandai dengan proses involusi uterus, perubahan hormonal, serta adaptasi fisiologis dan psikologis ibu terhadap peran barunya. Menurut Pillitteri (2021), masa *postpartum* merupakan fase pemulihan yang memerlukan perhatian terhadap kondisi fisik maupun psikologis ibu agar proses adaptasi berjalan optimal. Selanjutnya, Varney et al. (2022) menjelaskan bahwa keberhasilan masa nifas sangat dipengaruhi oleh kemampuan ibu dalam beradaptasi terhadap perubahan fisiologis, termasuk keberhasilan proses laktasi. Air Susu Ibu (ASI) menempati posisi sentral sebagai sumber nutrisi paripurna bagi neonatus karena kaya akan zat gizi esensial, antibodi atau imunoglobulin, berbagai enzim aktif, hormon, serta komponen bioaktif yang secara sinergis mengoptimalkan tumbuh kembang fisik, kognitif, dan sistem imun bayi. Dengan adanya komposisi nutrisi dan imunologisnya yang unik, pencapaian keberhasilan pemberian ASI eksklusif bertransformasi menjadi salah satu indikator kualitas kesehatan masyarakat yang paling krusial dalam upaya menurunkan angka kesakitan serta kematian pada anak, sekaligus mendukung kesehatan jangka panjang bagi sang ibu.

Menurut Silbert-Flagg (2022), masa *postpartum* merupakan periode yang membutuhkan perhatian terhadap perubahan fisiologis dan psikologis ibu, termasuk proses adaptasi terhadap menyusui. Keberhasilan menyusui tidak hanya berkaitan dengan kemampuan fisiologis dalam menghasilkan dan mengeluarkan ASI, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi ibu selama menjalani proses tersebut. Kenyamanan, ketenangan, dan dukungan selama menyusui menjadi bagian penting dalam membantu ibu beradaptasi dengan peran barunya serta mempertahankan proses menyusui. Kondisi ibu yang nyaman dapat mendukung pengalaman menyusui yang lebih positif, sehingga aspek fisiologis dan psikologis perlu diperhatikan secara bersamaan dalam pemberian asuhan pada masa *postpartum*.

Kondisi pemberian ASI eksklusif di Kabupaten Malang menunjukkan bahwa keberhasilan pemberian ASI masih menjadi bagian penting dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak. Berdasarkan data Profil Kesehatan Kabupaten Malang, cakupan ASI eksklusif pada tahun 2023 sebesar 68,6%. Data tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat bayi yang belum memperoleh ASI eksklusif secara optimal. Pada tahun 2024, cakupan ASI eksklusif Kabupaten Malang meningkat menjadi 78,9%, tetapi capaian tersebut tetap menunjukkan perlunya penguatan upaya untuk mendukung keberhasilan proses menyusui sejak masa awal *postpartum*.

Berdasarkan perspektif Lowdermilk et al. (2023), dinamika laktasi sangat bergantung pada sinergi dua hormon utama: prolaktin yang bertugas memacu sintesis air susu, serta oksitosin yang mengendalikan refleks pengeluaran susu atau *let-down reflex*. Kendati demikian, kelancaran mekanisme sekresi tersebut tidak terlepas dari stabilitas kondisi fisik dan mental ibu. Berbagai tekanan emosional seperti stres, kecemasan berlebih, kelelahan fisik, hingga rasa tidak nyaman pascapersalinan terbukti mampu menghambat pelepasan hormon oksitosin. Hambatan hormonal ini sering kali memicu tertundanya pengeluaran ASI, yang pada gilirannya dapat menggerus keyakinan diri ibu saat menyusui serta memperbesar kerentanan kegagalan program ASI eksklusif.

Berbagai pendekatan nonfarmakologis telah dieksplorasi guna meningkatkan tingkat keberhasilan menyusui, dan salah satu metode andalannya adalah pijat oksitosin. Praktik ini melibatkan manipulasi pijatan di sepanjang kolumna vertebralis hingga area skapula guna memicu sekresi oksitosin, sehingga pengeluaran air susu menjadi lebih lancar. Di samping mengoptimalkan *let-down reflex*, stimulasi tersebut turut menghadirkan efek relaksasi mendalam yang memberi efek meredakan stres, rasa cemas, serta kekakuan otot pada perempuan pascamelahirkan. Temuan riset dari Marbun dan Silaban (2025) mengonfirmasi adanya korelasi bermakna antara penerapan pijat oksitosin dengan peningkatan kelancaran laktasi pada ibu nifas. Keselarasan hasil juga dilaporkan oleh Sandriani et al. (2024) yang mendemonstrasikan bahwa intervensi pijat ini mampu memperlancar pengeluaran ASI secara nyata jika dibandingkan dengan kondisi sebelum tindakan. Lebih lanjut, Fitriyanti et al. (2025) menegaskan bahwa teknik pijat tersebut tidak hanya meningkatkan volume produksi susu, tetapi juga memberikan efek penenang yang sangat menunjang keseluruhan proses menyusui.

Selain memengaruhi aspek fisiologis, keberhasilan menyusui juga dipengaruhi oleh kondisi psikologis ibu selama masa *postpartum*. Pengalaman menyusui yang positif, seperti rasa nyaman, tenang, percaya diri, dan kepuasan selama menyusui, berperan dalam meningkatkan motivasi ibu untuk

mempertahankan pemberian ASI eksklusif. Sebaliknya, pengalaman menyusui yang kurang menyenangkan dapat menurunkan keyakinan ibu dalam memberikan ASI kepada bayinya. Yunitasari et al. (2025) menjelaskan bahwa kondisi psikologis ibu postpartum berhubungan erat dengan keberhasilan proses menyusui, sedangkan Hairunisyah et al. (2025) melaporkan bahwa intervensi yang mampu meningkatkan relaksasi ibu berkontribusi terhadap peningkatan Kelancaran ASI dan kenyamanan selama menyusui.

Penelitian terdahulu mengenai pijat oksitosin sebagian besar berfokus pada luaran fisiologis berupa produksi, kelancaran, atau pengeluaran ASI. Marbun dan Silaban (2025) mengkaji pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran Kelancaran ASI pada ibu postpartum, sedangkan Sandriani et al. (2024) mengkaji hubungan pijat oksitosin dengan pengeluaran ASI. Fitriyanti et al. (2025) juga berfokus pada peran stimulasi oksitosin dalam mendukung keberhasilan menyusui. Berbeda dengan penelitian tersebut, penelitian ini mengkaji dua luaran secara bersamaan, yaitu Kelancaran ASI sebagai luaran fisiologis dan kenyamanan ibu selama menyusui sebagai luaran subjektif. Selain perbedaan luaran, penelitian ini dilakukan pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Gedangan, Kabupaten Malang, dengan desain kuasi-eksperimental *one-group pretest-posttest*. Perbedaan tersebut memberikan fokus yang lebih komprehensif dalam menilai perubahan Kelancaran ASI dan kondisi ibu setelah pemberian pijat oksitosin.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pijat oksitosin terhadap Kelancaran ASI dan kenyamanan ibu selama menyusui di Puskesmas Gedangan, Kabupaten Malang.

2. METODE PENELITIAN

Studi ini mengaplikasikan metode kuantitatif melalui desain kuasi-eksperimental dengan model *one-group pretest-posttest*. Tujuan utamanya ialah mengkaji dampak intervensi pijat oksitosin terhadap Kelancaran ASI dan kenyamanan ibu selama menyusui di wilayah kerja Puskesmas Gedangan, Kabupaten Malang. Adapun pelaksanaan riset ini berlangsung pada rentang bulan Mei hingga Juni 2026.

Seluruh ibu nifas yang menerima pelayanan di Puskesmas Gedangan selama rentang waktu penelitian ditetapkan sebagai populasi target. Penentuan sampel menerapkan metode *total sampling*, di mana seluruh ibu nifas yang memenuhi kriteria seleksi dilibatkan sebagai subjek dengan total keseluruhan mencapai 30 responden. Syarat inklusi mencakup kondisi fisiologis yang stabil, berada pada fase awal nifas, serta memberikan persetujuan sukarela melalui penandatanganan *informed consent*. Sebaliknya, kriteria eksklusi diberlakukan bagi ibu nifas yang mengalami komplikasi medis berat, menderita gangguan kesehatan yang berdampak pada sekresi air susu, atau tengah menjalani pengobatan tertentu yang dapat mengintervensi kelancaran proses laktasi.

Intervensi pijat oksitosin diberikan kepada seluruh responden setelah pengukuran awal (*pretest*) dan sebelum pengukuran akhir (*posttest*). Pelaksanaan intervensi dilakukan sesuai prosedur standar pijat oksitosin yang digunakan dalam penelitian. Seluruh responden memperoleh intervensi yang sama untuk menjaga keseragaman perlakuan.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan lembar observasi dan kuesioner. Kelancaran ASI diukur menggunakan lembar observasi berdasarkan indikator kelancaran pengeluaran ASI, volume ASI, dan tanda kecukupan ASI. Hasil pengukuran Kelancaran ASI selanjutnya dikelompokkan ke dalam tiga kategori, yaitu tidak lancar, cukup lancar, dan lancar. Sementara itu, kenyamanan ibu selama menyusui diukur menggunakan kuesioner skala Likert yang mencakup indikator kenyamanan, relaksasi, kepercayaan diri, serta perasaan tenang selama menyusui. Seluruh responden menjalani pengukuran sebelum (*pretest*) dan setelah (*posttest*) diberikan intervensi pijat oksitosin sesuai prosedur standar.

Proses pengolahan data dieksekusi via aplikasi IBM SPSS Statistics melalui serangkaian tahapan yang meliputi *editing*, *coding*, *entry*, *cleaning*, serta tabulasi data. Selanjutnya, analisis univariat diterapkan guna menjabarkan profil responden beserta sebaran variabel penelitian. Untuk menguji perbedaan Kelancaran ASI sebelum dan sesudah intervensi pada responden yang sama, peneliti menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*. Penggunaan uji tersebut sesuai dengan rancangan *one-group pretest-posttest* karena pengukuran dilakukan pada subjek yang sama sebelum dan sesudah intervensi. Sementara itu, analisis terhadap kenyamanan ibu sebelum dan sesudah intervensi perlu disesuaikan

dengan bentuk dan distribusi data hasil pengukuran berpasangan. Taraf kemaknaan ditetapkan sebesar 5% ($\alpha = 0,05$), dengan nilai $p < 0,05$ menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan.

Penelitian ini melibatkan ibu postpartum sebagai responden dan pelaksanaan penelitian dilakukan setelah responden memberikan persetujuan melalui informed consent. Informasi mengenai persetujuan etik penelitian dicantumkan berdasarkan nomor dan lembaga penerbit persetujuan etik yang diperoleh peneliti.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Karakteristik Responden

Sebanyak 30 ibu nifas ikut ambil bagian sebagai partisipan dalam riset ini. Dari segi usia, kelompok terbanyak berada pada rentang 20 hingga 35 tahun yakni sebanyak 20 orang atau setara dengan 66,7%. Berdasarkan riwayat paritas, jumlah subjek terbagi rata, di mana kelompok primipara dan multipara masing-masing berjumlah 15 orang atau 50%. Di samping itu, jika ditinjau dari metode melahirkan, mayoritas responden melahirkan secara normal sejumlah 18 orang (60%), sementara sisanya sebanyak 12 orang (40%) harus melalui prosedur *sectio caesarea*. Keseluruhan profil tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar subjek berada dalam kategori usia reproduksi prima serta melewati proses persalinan pervaginam, yang mana kondisi ini sangat kondusif dalam menunjang kesuksesan laktasi.

Tabel 1. Karakteristi Responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia < 20 tahun	3	10
Usia 20 – 35 tahun	20	66,7
Usia > 35 tahun	7	23,3
Primipara	15	50
Multipara	15	50
Persalinan Normal	18	60
<i>Sectio Caesarea</i>	12	40

Berdasarkan deskripsi data yang dirangkum pada Tabel 1., sebaran usia responden didominasi oleh kelompok usia reproduksi sehat dan ideal, yakni pada rentang 20 hingga 35 tahun, dengan jumlah mencapai 20 orang atau setara dengan 66,7% dari total keseluruhan sampel. Sementara itu, kelompok usia yang lebih rentan menunjukkan angka yang lebih kecil, di mana ibu nifas dengan usia di bawah 20 tahun tercatat sebanyak 3 orang (10%), dan ibu dengan usia di atas 35 tahun berjumlah 7 orang (23,3%).

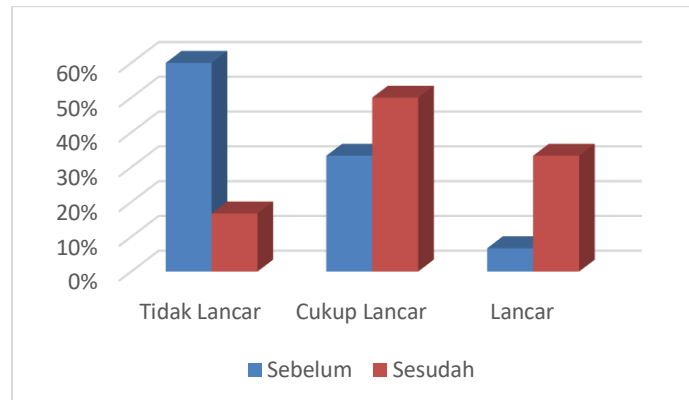
Jika ditinjau dari aspek paritas atau riwayat melahirkan, karakteristik subjek penelitian menunjukkan pola distribusi yang sepenuhnya seimbang. Jumlah responden yang baru pertama kali melahirkan (primipara) dan responden yang telah melahirkan lebih dari satu kali (multipara) memiliki proporsi yang sama persis, yaitu masing-masing sebanyak 15 orang (50%). Distribusi yang seimbang tersebut menunjukkan keterwakilan yang sama antara kelompok primipara dan multipara, tetapi tidak dapat secara langsung dianggap telah mengendalikan kemungkinan pengaruh paritas terhadap Kelancaran ASI atau kenyamanan selama menyusui.

Selanjutnya, apabila dianalisis berdasarkan metode persalinan yang ditempuh, mayoritas dari total subjek berhasil menjalani persalinan pervaginam atau normal, yaitu sebanyak 18 orang (60%). Di sisi lain, 12 orang responden sisanya (40%) harus melalui proses melahirkan dengan tindakan pembedahan atau *sectio caesarea*. Secara akumulatif, temuan data deskriptif ini menegaskan bahwa mayoritas subjek dalam riset ini berada pada fase usia reproduksi yang matang, memiliki keterwakilan paritas yang merata, serta sebagian besar melewati proses persalinan spontan yang tidak membutuhkan waktu pemulihan fisik sekomples tindakan operatif.

3.2. Deskripsi Variabel Penelitian

Kelancaran ASI Sebelum dan Sesudah Intervensi

Distribusi frekuensi Kelancaran ASI menunjukkan adanya peningkatan setelah pemberian pijat oksitosin. Sebelum intervensi, sebagian besar responden berada pada kategori Kelancaran ASI tidak lancar sebanyak 18 orang (60%), sedangkan setelah intervensi jumlah tersebut menurun menjadi 5 orang (16,7%). Sebaliknya, responden dengan kategori Kelancaran ASI lancar meningkat dari 2 orang (6,7%) menjadi 10 orang (33,3%), sedangkan kategori cukup lancar meningkat dari 10 orang (33,3%) menjadi 15 orang (50%).



Gambar 1. Distribusi Frekuensi Kelancaran ASI

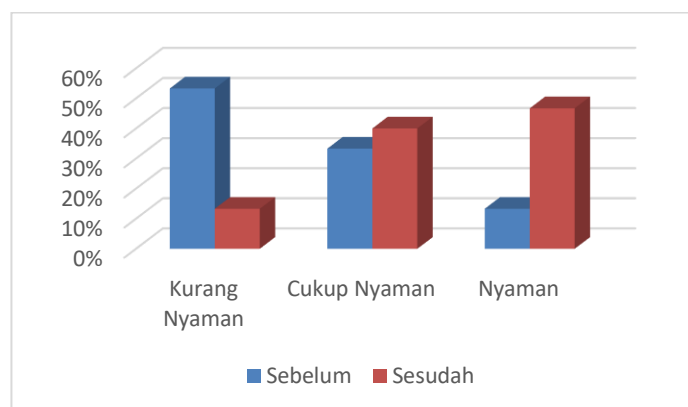
Hasil tersebut menunjukkan adanya pergeseran distribusi responden dari kategori Kelancaran ASI tidak lancar menuju kategori cukup lancar dan lancar setelah diberikan pijat oksitosin. Penurunan jumlah responden pada kategori tidak lancar disertai peningkatan pada kategori cukup lancar dan lancar menunjukkan adanya perubahan distribusi Kelancaran ASI setelah intervensi. Namun, perubahan tersebut perlu diinterpretasikan dengan mempertimbangkan desain penelitian yang tidak menggunakan kelompok kontrol.

Dari sudut pandang fisiologis, manipulasi pijat oksitosin bekerja dengan cara memberikan stimulasi di sepanjang kolumna vertebralis hingga area skapula guna memicu sekresi hormon oksitosin. Zat aktif ini berfungsi menstimulasi kontraksi sel-sel mioepitel yang mengelilingi alveoli mammae, sehingga pengeluaran air susu melalui *let-down reflex* menjadi lebih lancar. Di samping mengoptimalkan pengeluaran susu, teknik pijat ini turut menghasilkan efek relaksasi mendalam yang berguna meredakan kecemasan serta ketegangan psikologis pada perempuan pascamelahirkan, yang pada akhirnya membuat keseluruhan proses laktasi berjalan jauh lebih efektif.

Pengalaman Ibu *Postpartum* Sebelum dan Sesudah Intervensi

Distribusi frekuensi terkait tingkat kenyamanan ibu nifas memperlihatkan adanya perbaikan yang signifikan pascaintervensi pijat oksitosin. Sebelum tindakan diberikan, mayoritas subjek menduduki kategori kurang nyaman dengan jumlah mencapai 16 orang atau setara dengan 53,3%. Namun, angka tersebut mengalami penurunan menjadi hanya 4 orang (13,3%) setelah intervensi dilaksanakan. Sebaliknya, responden yang masuk dalam kategori nyaman meningkat dari semula 4 orang (13,3%) menjadi 14 orang (46,7%), sementara kelompok dengan kategori cukup nyaman turut bergeser naik dari 10 orang (33,3%) menjadi 12 orang (40%).

Perubahan distribusi tersebut menunjukkan adanya pergeseran tingkat kenyamanan ibu setelah pemberian pijat oksitosin. Proporsi ibu dalam kategori kurang nyaman menurun, sedangkan proporsi ibu dalam kategori nyaman meningkat. Temuan ini menunjukkan adanya perubahan kondisi kenyamanan ibu setelah intervensi, meskipun besarnya perubahan tersebut tetap perlu dipertimbangkan dalam kaitannya dengan desain penelitian yang tidak menggunakan kelompok kontrol.



Gambar 2. Distribusi Frekuensi Pengalaman Ibu

Pada penelitian ini, hasil statistik yang tersedia untuk luaran kenyamanan ibu diperoleh melalui analisis regresi linier sederhana, dengan nilai $t = 3,030$ dan $p = 0,005$. Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan/pengaruh yang bermakna secara statistik berdasarkan model analisis yang digunakan. Namun, nilai tersebut tidak secara langsung menunjukkan perbedaan skor kenyamanan antara kondisi pretest dan posttest. Oleh karena itu, interpretasi hasil perlu dibedakan antara perubahan distribusi pretest-posttest dan hasil analisis regresi.

Pijat oksitosin memberikan stimulasi relaksasi yang membantu ibu mengurangi ketegangan setelah persalinan. Ketika kondisi emosional ibu menjadi lebih stabil, rasa percaya diri dalam menyusui cenderung meningkat sehingga ibu lebih yakin terhadap kemampuannya memenuhi kebutuhan nutrisi bayi. Pengalaman menyusui yang positif juga dapat memperkuat ikatan (*bonding*) antara ibu dan bayi serta meningkatkan motivasi ibu untuk mempertahankan pemberian ASI eksklusif.

3.3 Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Pengujian hipotesis guna mengukur perubahan Kelancaran ASI sebelum dan sesudah intervensi dilakukan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai $Z = -6,475$ dengan $p\text{-value} = 0,000$. Karena nilai $p < 0,05$, terdapat perbedaan yang signifikan pada Kelancaran ASI sebelum dan sesudah pemberian pijat oksitosin. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa pijat oksitosin berpengaruh terhadap Kelancaran ASI dinyatakan diterima.

Tabel 2. Hasil Uji *Wilcoxon Signed Rank Test*

Variabel	Z	p-value	Keterangan
Kelancaran ASI	-6,475	0,000	Signifikan

3.4 Analisis Regresi Linier Sederhana

Evaluasi hipotesis terkait pengaruh pijat oksitosin terhadap kenyamanan ibu selama menyusui dilakukan menggunakan regresi linier sederhana. Berdasarkan keluaran analisis, koefisien regresi pijat oksitosin tercatat sebesar 0,0333, dengan nilai $t = 3,030$ dan signifikansi 0,005. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), hasil analisis menunjukkan bahwa pijat oksitosin berpengaruh secara signifikan terhadap kenyamanan ibu berdasarkan model regresi yang digunakan.

Tabel 3. Hasil Analisis Regresi Linier Sederhana

Variabel	B	t	Sig.
Konstanta	4,004	8,952	0,000
Pijat Oksitosin	0,0333	3,030	0,005

Nilai koefisien pada Tabel 3 juga perlu dibedakan dari nilai $\beta = 0,347$ yang tercantum dalam abstrak sebelumnya. Nilai $B = 0,0333$ merupakan koefisien yang tercantum pada tabel, sedangkan nilai $\beta = 0,347$ pada abstrak perlu diverifikasi kembali dari output SPSS untuk memastikan apakah merupakan *standardized coefficient* atau terdapat kesalahan penulisan. Oleh sebab itu, nilai β tidak digunakan dalam interpretasi hasil sebelum output analisis asli dikonfirmasi.

3.5. Pembahasan

Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Kelancaran ASI

Berdasarkan riset di Puskesmas Gedangan, Kabupaten Malang, terdapat perubahan Kelancaran ASI setelah pemberian pijat oksitosin. Sebelum tindakan diterapkan, mayoritas subjek berada pada kategori Kelancaran ASI tidak lancar, sedangkan setelah intervensi terjadi penurunan jumlah responden pada kategori tersebut dan peningkatan pada kategori cukup lancar serta lancar. Secara statistik, hasil *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah intervensi ($Z = -6,475$; $p = 0,000$).

Dari kacamata fisiologis, mekanisme kerja intervensi ini merujuk pada teori laktasi di mana tindakan pemijatan yang membentang dari kolumna vertebralis hingga area skapula mampu memberikan stimulasi yang berkaitan dengan pelepasan hormon oksitosin. Hormon tersebut berperan dalam kontraksi sel-sel mioepitel di sekitar alveoli mammae sehingga membantu proses *let-down reflex*. Di samping mengoptimalkan pengeluaran air susu, stimulasi ini juga dapat memberikan efek relaksasi yang membantu mengurangi ketegangan dan kecemasan ibu.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan *Theory of Comfort* yang dikembangkan oleh Katharine Kolcaba. Teori tersebut menjelaskan bahwa intervensi kesehatan bertujuan meningkatkan kenyamanan individu melalui aspek fisik, psikospiritual, sosial, dan lingkungan. Dalam penelitian ini, pijat oksitosin dapat memberikan kenyamanan fisik dan relaksasi yang mendukung proses menyusui selama masa *postpartum*.

Keselarasan temuan ini diperkuat oleh riset Marbun dan Silaban (2025) yang mencatat bahwa tindakan pijat oksitosin memberikan dampak terhadap peningkatan sekresi air susu pada perempuan pascamelahirkan. Dukungan serupa disampaikan oleh Sandriani et al. (2024) yang mengonfirmasi bahwa metode pijat tersebut berkaitan dengan pengeluaran ASI. Di samping itu, studi Hairunisyah et al. (2025) turut mendokumentasikan efektivitas stimulasi ini dalam mendukung Kelancaran ASI.

Meskipun demikian, hasil penelitian ini perlu diinterpretasikan secara hati-hati karena penelitian menggunakan desain *one-group pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol. Dengan desain tersebut, perubahan Kelancaran ASI yang terjadi setelah intervensi belum dapat sepenuhnya dipisahkan dari perubahan fisiologis laktasi yang secara alami berlangsung seiring bertambahnya waktu *postpartum*. Faktor lain, seperti paritas, metode persalinan, kondisi psikologis, frekuensi menyusui, dan faktor maternal lainnya juga berpotensi memengaruhi Kelancaran ASI. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menunjukkan adanya perubahan yang terjadi setelah intervensi, tetapi belum dapat memberikan bukti kausal sekuat penelitian dengan kelompok kontrol.

Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Pengalaman Ibu *Postpartum*

Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan distribusi kenyamanan ibu setelah pemberian pijat oksitosin. Kategori kurang nyaman menurun dari 16 responden (53,3%) menjadi 4 responden (13,3%), sedangkan kategori nyaman meningkat dari 4 responden (13,3%) menjadi 14 responden (46,7%). Perubahan tersebut menunjukkan bahwa setelah intervensi lebih banyak ibu berada pada kategori nyaman selama menyusui.

Berdasarkan analisis regresi linier sederhana yang digunakan dalam penelitian ini, pijat oksitosin menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap kenyamanan ibu ($t = 3,030$; $p = 0,005$). Namun, hasil regresi tersebut tidak dapat disamakan dengan uji perbedaan *pretest-posttest*. Karena penelitian menggunakan pengukuran berulang pada subjek yang sama, analisis perubahan kenyamanan secara langsung seharusnya menggunakan pendekatan statistik untuk data berpasangan yang sesuai dengan skala dan distribusi skor kenyamanan.

Temuan penelitian ini dapat dijelaskan menggunakan *Theory of Comfort* yang dikembangkan oleh Katharine Kolcaba. Teori tersebut menjelaskan bahwa kenyamanan merupakan salah satu tujuan utama pelayanan kesehatan. Intervensi yang mampu meningkatkan kenyamanan fisik dan psikologis dapat memberikan pengalaman yang lebih positif bagi pasien. Dalam penelitian ini, pijat oksitosin memberikan stimulasi relaksasi yang dapat membantu mengurangi ketegangan dan meningkatkan rasa nyaman serta kepercayaan diri ibu selama menyusui.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Windarti et al. (2025) yang menyatakan bahwa pijat oksitosin mampu meningkatkan kenyamanan psikologis ibu selama menyusui. Penelitian Rokhimawaty et al. (2025) juga menjelaskan bahwa pengalaman menyusui yang positif berkontribusi terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif karena ibu menjadi lebih percaya diri dan termotivasi untuk terus menyusui bayinya. Temuan tersebut menunjukkan bahwa intervensi pijat oksitosin tidak hanya berperan dalam proses fisiologis laktasi, tetapi juga berkaitan dengan kondisi psikologis ibu.

Keterbatasan lain penelitian ini adalah tidak adanya kelompok kontrol. Perubahan kenyamanan yang ditemukan setelah intervensi dapat dipengaruhi oleh faktor lain yang berlangsung selama masa postpartum, seperti proses pemulihan fisik, adaptasi terhadap peran sebagai ibu, pengalaman menyusui, dukungan keluarga, serta perubahan kondisi psikologis. Dengan demikian, temuan penelitian ini lebih tepat dipahami sebagai perubahan yang terjadi setelah pemberian intervensi, sementara kesimpulan kausal perlu dipertimbangkan secara hati-hati.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian pijat oksitosin di Puskesmas Gedangan, Kabupaten Malang, diikuti oleh perubahan Kelancaran ASI pada ibu postpartum. Kategori Kelancaran ASI tidak lancar menurun dari 18 responden (60%) menjadi 5 responden (16,7%), kategori cukup lancar meningkat dari 10 responden (33,3%) menjadi 15 responden (50%), dan kategori lancar meningkat dari 2 responden (6,7%) menjadi 10 responden (33,3%). Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada Kelancaran ASI sebelum dan sesudah intervensi ($Z = -6,475$; $p = 0,000$).

Pada luaran kenyamanan ibu selama menyusui, kategori kurang nyaman menurun dari 16 responden (53,3%) menjadi 4 responden (13,3%), kategori cukup nyaman meningkat dari 10 responden (33,3%) menjadi 12 responden (40%), dan kategori nyaman meningkat dari 4 responden (13,3%) menjadi 14 responden (46,7%). Analisis regresi linier sederhana yang digunakan dalam penelitian menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara pijat oksitosin dan kenyamanan ibu ($t = 3,030$; $p = 0,005$). Temuan ini menunjukkan bahwa pijat oksitosin berpotensi digunakan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam mendukung Kelancaran ASI dan kenyamanan ibu selama menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

- Aksoy Derya, Y., İbici Akça, E., Kamalak, H., & Gökbulut, N. (2021). The effect of the number of births, the mode of delivery and the planned pregnancy status on posttraumatic development and comfort in puerperant women. *Mersin University Health Sciences Journal*, 14(3), 366–377. <https://doi.org/10.26559/mersinsbd.828603>
- Aprianti, D., Sari, R., & Lestari, P. (2023). Effectiveness of oxytocin massage in improving breast milk production among postpartum mothers. *Journal of Midwifery Care*, 5(2), 101–108.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Malang. (2024). *Profil kesehatan Kabupaten Malang tahun 2024*. Dinas Kesehatan Kabupaten Malang.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2024). *Profil kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2024*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Fitriyanti, E., Rahmawati, D., & Sari, N. (2025). The role of oxytocin hormone in breastfeeding success among postpartum mothers. *Journal of Nursing Practice*, 8(1), 33–40.
- Hairunisyah, R., Fatimah, S., & Retnosari, E. (2025). Efektifitas pijat Oketani dan pijat oksitosin terhadap Kelancaran ASI pada ibu post partum di PMB Azahwa Muara Enim. *Journal Health &*

- Science: Gorontalo Journal Health and Science Community*, 9(1), 26–38.
<https://doi.org/10.35971/gojhes.v9i1.28803>.
- Ildayanti, R., & Wahyuni, T. (2025). The effectiveness of oxytocin massage on breast milk production. *Midwifery Journal Indonesia*, 7(2), 89–95.
- Kurnia, D., Putri, A., & Lestari, S. (2025). Oxytocin stimulation and its effect on breast milk ejection reflex. *Journal of Women's Health*, 10(1), 66–72.
- Lowdermilk, D. L., Perry, S. E., Cashion, K., Alden, K. R., & Olshansky, E. (2023). *Maternity & women's health care* (13th ed.). Elsevier.
- Marbun, T. I., & Silaban, M. A. (2025). Pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran Kelancaran ASI pada ibu *postpartum* di Klinik Lidya Kabupaten Deli Serdang. *ViMed*, 2(2).
<https://doi.org/10.62383/vimed.v2i2.1491>
- Pillitteri, A. (2021). *Maternal & child health nursing: Care of the childbearing and childrearing family* (9th ed.). Wolters Kluwer.
- Rokhimawaty, R., Hidayati, L., & Sari, P. (2025). Breastfeeding experience and maternal satisfaction in postpartum period. *Journal of Nursing Studies*, 11(1), 70–78.
- Sahin, S., & Sinan, Ö. (2021). Investigation of mothers' postpartum breastfeeding and comfort conditions. *Health Care for Women International*, 42(4–6), 913–924.
<https://doi.org/10.1080/07399332.2021.1883022>
- Sandriani, R., Simanjuntak, P., Pangaribuan, I. K., & Ginting, A. B. (2024). Hubungan pijat oksitosin dengan pengeluaran ASI pada ibu *post partum* di RS Ibu Kartini Kisaran Kecamatan Kisaran Barat Kabupaten Asahan Tahun 2022. *Jurnal Siti Rufaidah*, 2(1), 11–24.
<https://doi.org/10.57214/jasira.v2i1.47>
- Silbert-Flagg, J. (2022). *Maternal & child health nursing: Care of the childbearing and childrearing family* (9th ed.). Wolters Kluwer.
- Varney, H., Kriebs, J. M., & Gegor, C. L. (2022). *Varney's midwifery* (6th ed.). Jones & Bartlett Learning.
- Windarti, Y., Amalia, R., Laili, U., Nisa', F., & Sari, P. (2025). Edukasi pijat relaksasi dan pijat oksitosin pada ibu pasca melahirkan di Phitsanulok Thailand. *Jurnal ABDIRAJA*, 8(1), 26–32.
<https://doi.org/10.24929/adr.v8i1.3781>.
- Yunitasari, E., Lestari, D., & Putri, N. (2025). Psychological effects of oxytocin hormone on postpartum mothers. *Journal of Mental Health Nursing*, 9(1), 15–22.

Halaman ini dikosongkan