

## Efektivitas Pijat Oketani dan Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di PMB U Tahun 2024

Fifi Citra Wiryadi<sup>\*1</sup>, Ernita Prima Noviyani<sup>2</sup>, Aprilya Nancy<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi D3 Kebidanan, Poltekkes TNI AU Ciumbuleuit Bandung, Indonesia

<sup>2,3</sup>Program Studi Profesi Bidan, Universitas Indonesia Maju Jakarta, Indonesia

Email: <sup>1</sup>fificitrawiryadi@gmail.com, <sup>2</sup>ernitaprima.stikim@gmail.com, <sup>3</sup>apriyanency@gmail.com

### Abstrak

Pemberian ASI sejak dini dan eksklusif penting bagi kelangsungan hidup anak, untuk melindungi mereka dari penyakit yang rentan mereka alami dapat berakibat fatal seperti diare dan pneumonia. Masalah pemberian ASI karena produksi ASI tidak lancar. Dampak produksi ASI tidak lancar ibu akan mengalami kesakitan karena payudara bengkak, mastitis, abses payudara dapat menyebabkan infeksi. ASI pada payudara yang infeksi tidak dapat diberikan akibatnya nutrisi bayi tidak terpenuhi, kurangnya kekebalan tubuh bayi, kurangnya *Bonding attachment* ibu dan bayi, resiko kematian karena diare dibandingkan bayi dengan ASI Eksklusif. Perawatan payudara yang dapat dilakukan yaitu pijat oketani dan pijat oksitosin. Tujuan penelitian untuk mengetahui efektivitas pijat oketani dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas. Metode penelitian disusun menggunakan *study case literatur review* dengan *metode quasy eksperiment two group Pretest-Posttest Design* membandingkan hasil 2 intervensi pada ibu nifas yaitu pijat oketani dan pijat oksitosin. Observasi dilakukan selama 7 hari dengan menggunakan lembar observasi dan kuesioner. Observasi dilakukan sebelum dan setelah intervensi. Pembahasan artikel dalam *literatur review* sesuai dengan *roadmap* penelitian 5 tahun terakhir. Hasil observasi didapatkan pijat oketani lebih efektif dibandingkan pijat oksitosin terbukti penambahan produksi ASI yang diberikan pijat oketani lebih cepat dibandingkan yang diberikan pijat oksitosin. Kesimpulan penelitian berdasarkan evaluasi perbandingan peningkatan volume ASI dan penambahan berat badan bayi pijat oketani efektif lebih baik daripada pijat oksitosin, diharapkan responden dan tenaga kesehatan mengaplikasikan efektivitas pijat oketani dan pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas yang mengalami masalah produksi ASI.

**Kata kunci:** Ibu, Nifas, Pijat Oketani, Pijat Oksitosin, Produksi ASI

### Abstract

*Early and exclusive breastfeeding is important for children's survival, to protect them from diseases that they are susceptible to which can be fatal, such as diarrhea and pneumonia. Problems with breastfeeding because breast milk production is not smooth. The impact of breast milk production not being smooth, the mother will experience pain because the breasts are swollen, mastitis, breast abscesses can cause infection. Breast milk cannot be given to infected breasts as a result of which the baby's nutrition is not met, the baby's immune system is lacking, there is a lack of bonding between mother and baby, and the risk of death due to diarrhea compared to babies with exclusive breast milk. Breast treatments that can be done include oketani massage and oxytocin massage. The aim of the research was to determine the effectiveness of oketani massage and oxytocin massage on breast milk production in postpartum mothers. The research method was prepared using a literature review case study with a quasi-experimental two group Pretest-Posttest Design method comparing the results of 2 interventions for postpartum mothers, namely oketani massage and oxytocin massage. Observations were carried out for 7 days using observation sheets and questionnaires. Observations were carried out before and after the intervention. The discussion of articles in the literature review is in accordance with the research roadmap for the last 5 years. Observation results showed that Oketani massage was more effective than oxytocin massage, it was proven that the increase in breast milk production given by Oketani massage was faster than that given by oxytocin massage. The research conclusion is based on a comparative evaluation of increasing the volume of breast milk and increasing the baby's weight. Oketani massage is more effective than oxytocin massage. It is hoped that respondents and health workers will apply the effectiveness of okaytani massage and oxytocin massage in increasing breast milk production in postpartum mothers who experience breast milk production problems.*

**Keywords:** Breast Milk Production, Mother, Oketani Massage, Oxytocin Massage, Postpartum

## 1. PENDAHULUAN

Anak-anak yang menerima ASI memiliki hasil tes kecerdasan yang lebih tinggi. Selain itu, mereka memiliki kemungkinan rendah mengalami obesitas atau berat badan berlebih, begitu pula dengan kerentanan mereka mengalami diabetes kelak. Secara global, peningkatan pemberian ASI dapat menyelamatkan lebih dari 820.000 anak setiap tahunnya serta mencegah penambahan kasus kanker payudara pada perempuan hingga 20.000 kasus pertahun. (UNICEF, 2022). Adakalanya seorang ibu mengalami masalah dalam pemberian ASI. Kendala yang utama adalah karena produksi ASI tidak lancar. Dampak apabila produksi ASI tidak lancar yaitu seperti ibu mengalami kesakitan karena payudara bengkak, mastitis dan bahkan abses pada payudara yang dapat menyebabkan infeksi. Payudara yang infeksi tidak dapat diberikan akibatnya nutrisi bayi tidak terpenuhi, kurangnya kekebalan tubuh bayi, kurangnya *Bounding attachment* antara ibu dan bayi, dan bayi memiliki resiko kematian karena diare 3,94 kali lebih besar dibandingkan bayi yang mendapat ASI Eksklusif (Purnamawati, 2022).

Faktor yang menyebabkan bayi kurang mendapat ASI diantaranya faktor hormonal (prolaktin dan oksitosin), asupan makanan, kondisi psikis ibu, perawatan payudara, frekuensi bayi menyusu, konsumsi obat-obatan, alat kontrasepsi, produksi ASI yang kurang, bendungan ASI dan masalah puting susu. Salah satu upaya untuk membantu kelancaran ASI adalah dengan perawatan payudara yang dilakukan secara berkala sesuai prosedur. Perawatan payudara atau breast care bertujuan untuk melancarkan sirkulasi darah, dan mencegah terjadinya penyumbatan saluran susu sehingga mampu melancarkan pengeluaran ASI. Salah satu perawatan payudara yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan pijat laktasi. Beberapa jenis pijat laktasi diantaranya pijat arugaan, pijat marmet, pijat oketani dan pijat oksitosin. (Hidayah, 2023)

Pijat oketani salah satu metode *breast care* yang tidak menimbulkan rasa nyeri. Manfaat pijat oketani antara lain menimbulkan rasa nyaman, meningkatkan produksi ASI, payudara menjadi lebih elastis, saluran produksi ASI lancar dan kemampuan untuk mencegah serta mengobati ibu yang mengalami pembengkakan payudara, puting tenggelam, puting lecet, puting terbenam atau puting datar. (Astari, 2019) Sedangkan 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. (Aryani, 2021)

Manfaat dari pijat oketani yaitu untuk melancarkan saluran dan produksi ASI sehingga produksi ASI meningkat, membuat payudara akan lebih elastis dan lembut pada bagian leher puting, puncak puting, dan disekitar aerola, pijat ini juga tidak menimbulkan rasa sakit atau rasa tidak nyaman Oketani massage juga dapat berpengaruh terhadap kondisi bayi seperti meningkatkan reflex, peningkatan berat badan dan kepuasan bayi dalam menyusui. (Anggraini, 2022). Teknik manual oketani membubarkan gangguan tersebut dengan pemisahan-pemisahan adhesi antara payudara secara manual dasar dan pektoral fasia utama membantu mengembalikan fungsi payudara secara manual. Tehnik ini disebut pembukaan ke dalam mammae. Mekanisme dasar payudara adalah push up dan pull up. Idenya adalah memobilisasi payudara dari basisnya meningkatkan vaskularitasnya dan dengan demikian meningkatkan aliran susu (Machmudah, 2017).

Pijat oketani terdiri dari 8 teknik, 1 teknik pemerahan dan 7 teknik pemijatan untuk memisahkan kelenjar mammae, dapat dilakukan 2 kali sehari pada pagi dan sore hari selama 15-30 menit atau dilakukan pada payudara kiri dan kanan selama 30 menit. Pijat oketani dapat dilakukan sebagai intervensi rutin untuk semua ibu nifas yang dilakukan oleh tenaga kesehatan yang sudah mendapatkan pelatihan tentang pijat oketani, tenaga kesehatan juga sebaiknya mengajarkan dan memberikan pendidikan tentang pijat oketani kepada ibu nifas atau keluarganya agar dapat dilakukan secara mandiri dirumah (Halimatussakdiah, 2023).

Pijat oksitosin memberikan banyak manfaat dalam proses menyusui, manfaat yang dilaporkan adalah selain mengurangi stres pada ibu nifas dan mengurangi nyeri pada tulang belakang juga dapat merangsang kerja hormon oksitosin. manfaat pijat oksitosin yaitu, meningkatkan kenyamanan, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, memperlancar produksi ASI, mempercepat proses involusi uterus (Aryani, 2021). Pijat oksitosin dilakukan dua kali sehari, setiap pagi dan sore. Pijat ini dilakukan selama 15 sampai 20 menit. Pijat ini tidak harus selalu dilakukan oleh petugas kesehatan. Pijat oksitosin dapat dilakukan oleh suami atau keluarga yang sudah dilatih.

Keberadaan suami atau keluarga selain membantu memijat pada ibu, juga memberikan suport atau dukungan secara psikologis, membangkitkan rasa percaya diri ibu serta mengurangi cemas. Sehingga membantu merangsang pengeluaran hormon oksitosin (Aryani, 2021).

Hasil penelitian Katili (2022) tentang Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Post Partum menunjukkan bahwa ada peningkatan frekuensi menyusui, frekuensi BAK dan Frekuensi BAB serta berat badan bayi mengalami peningkatan setelah dilakukan intervensi selama 12 hari. (Katili, 2022) Hasil penelitian pemberian pijat oksitosis menunjukkan terdapat perbedaan kelancaran produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan intervensi pijat oksitosis. (Marantika, 2023)

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pijat oketani dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas Di PMB U Tahun 2024. Maka dengan begitu, bidan dapat menentukan teknik yang akan digunakan untuk memproduksi ASI.

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan kualitatif dengan metode pendekatan studi kasus/ *study case literature review*, *quasy eksperiment* dengan menggunakan *two group Pretest-Posttest Design* yang mengukur sebelum dan sesudah pada dua kelompok intervensi sehingga dapat melihat efektivitas antara pijat oketani dan pijat oksitosin pada ibu nifas. Terdapat 9 ibu nifas yang datang melakukan pemeriksaan masa nifas selama bulan Januari ke PMB U. Sampel dalam penelitian ini adalah 2 ibu nifas yang mengeluh produksi ASI-nya kurang yaitu Ny. I dan Ny. M dengan paritas primipara pada hari ke 3 masa nifas.

Setelah responden mengisi *Informed Consent*, dan dilakukan penilaian awal, kemudian *pre-test* yaitu dengan menimbang berat badan bayi, kemudian dilakukan tahap persiapan, dilanjutkan dengan intervensi responden. Pijat oketani dan pijat oksitosin dilakukan selama 7 hari dan dilakukan langsung oleh peneliti. Intervensi dilakukan setiap pagi hari selama 15 – 30 menit. Penialaian produksi ASI dilakukan dengan cara mengobservasi hasil volume ASI dari hasil perah ASI yang dilakukan ibu setelah diberikan intervensi dan evaluasi terakhir dinilai rata-rata kenaikan volume ASI dan kenaikan berat badan bayi pada hari ke 7.

Dalam menentukan artikel/jurnal yang digunakan sebagai literatur, maka harus disesuaikan dengan *roadmap* penelitian 5 tahun terakhir yang dapat menjelaskan pembahasan penelitian. Keterkaitan antara artkel/jurnal harus memenuhi tujuan dari penelitian. Artikel yang digunakan sesuai dengan tema pada penelitian yaitu mengenai pijat oketani dan pijat oksitosin.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data dikumpulkan dengan cara melakukan observasi selama 7 hari pada kedua responden, setiap responden akan diberikan intervensi langsung oleh peneliti dan setelah dilakukan intervensi kesua responden melakukan pengeluaran ASI atau pemerah ASI secara manual dan ditampung ke dalam botol ukur/ botol ASI untuk menilai volume ASI yang dihasilkan setelah dilakukan intervensi.

### 3.1. Hasil Asuhan Kebidanan Pada Responden I dengan Intervensi Pijat Oketani

Hasil observasi dari responden I atau ibu nifas yang mendapatkan intervensi pijat oketani selama 7 hari yang dilakukan selama 15 – 30 menit setiap harinya, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Asuhan Kebidanan Responden I dengan Intervensi Pijat Oketani

Renponden I	Evaluasi Hari Ke	Berat Badan Bayi	Volume ASI Perah
<b>Pemberian Pijat Oketani</b>	1	2800 gram	20 ml
	2	-	20 ml
	3	-	50 ml
	4	-	50 ml
	5	-	80 ml
	6	-	80 ml
	7	3000 gram	120 ml

Berdasarkan tabel 1 hasil penelitian menunjukkan bahwa responden I mengalami peningkatan produksi ASI yang signifikan dan hasil akhir setelah dilakukan intervensi selama 7 hari berat badan bayi bertambah 200 gr setelah ibu diberikan intervensi Pijat Oketani pada kedua payudara.

### 3.2. Hasil Asuhan Kebidanan Responden II dengan Intervensi Pijat Oksitosin

Hasil observasi dari responden I atau ibu nifas yang mendapatkan intervensi pijat oksitosin selama 7 hari yang dilakukan selama 15 – 30 menit setiap harinya, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 2. Hasil Asuhan Kebidanan Responden I dengan Intervensi Pijat Oksitosin

Responden II	Evaluasi Hari Ke	Berat Badan Bayi	Volume ASI Perah
<b>Pemberian Pijat Oksitosin</b>	1	3350 gram	10 ml
	2	-	20 ml
	3	-	10 ml
	4	-	30 ml
	5	-	50 ml
	6	-	60 ml
	7	3500 gram	100 ml

Berdasarkan tabel 2 hasil penelitian menunjukkan bahwa pada responden II mengalami peningkatan produksi ASI yang signifikan dan hasil akhir berat badan bayi bertambah 150 gr setelah ibu diberikan intervensi Pijat Oksitosin.

### 3.3. Hasil Asuhan Kebidanan Antara Responden I yang mendapatkan Pijat Oketani dan Responden II yang mendapatkan Pijat Oksitosin

Hasil observasi dari responden I dan II atau ibu nifas yang mendapatkan intervensi pijat oketani dan ibu nifas yang mendapatkan intervensi pijat oksitosin selama 7 hari yang dilakukan selama 15 – 30 menit setiap harinya, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 3. Hasil Asuhan Kebidanan Antara Responden I yang mendapatkan Pijat Oketani dan Responden II yang mendapatkan Pijat Oksitosin

Intervensi	Berat badan bayi	Volume ASI Hari ke 1	Volume ASI Hari ke 2	Volume ASI Hari ke 3	Volume ASI Hari ke 4	Volume ASI Hari ke 5	Volume ASI Hari ke 6	Volume ASI Hari ke 7	Rata-rata volume ASI	Berat badan bayi
<b>Pijat Oketani</b>	2800 gr	20 ml	20 ml	50 ml	50 ml	80 ml	80 ml	120 ml	60 ml	3000 gr
<b>Pijat Oksitosin</b>	3350 gr	10 ml	10 ml	10 ml	30 ml	50 ml	60ml	100 ml	38,5 ml	3500 gr

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan hasil asuhan kebidanan pada ibu nifas yang di berikan intervensi pijat oketani dan pijat oksitosin pada ibu nifas yaitu responden yang diberikan pijat oketani peningkatan volume ASI-nya lebih cepat dan rata-rata peningkatan volume ASI-nya lebih besar dibandingkan responden yang mendapatkan pijat oksitosin. Kemudian kenaikan berat badan bayi setelah responden diberikan pijat oketani lebih besar dibandingkan dengan responden yang diberikan pijat oksitosin.

Pada Responden 1 yang di berikan intervensi pijat oketani pada saat kujungan hari pertama berat badan bayi 2800 gram kemudian diberikan pijat oketani dan hasil perahan ASI sebanyak 20 ml. intervensi dilakukan selama 7 hari dan setiap hari setelah diberikan pijat oketani produksi ASI ibu semakin meningkat. Kenaikan volume ASI terjadi pada hari ke 3, hari ke 5 dan hari ke 7, peningkatan tersebut sebanyak 30 ml. Rata-rata peningkatan produksi ASI sebanyak 60 ml. Pada hari ke 7 dilakukan

evaluasi kenaikan berat badan bayi didapatkan hasil berat badan bayi bertambah 200 gram dari 2800 gram pada hari pertama pengukuran dan 3000 gram pada hari ke 7.

Pada Responden II yang di berikan intervensi pijat oketani pada saat kujungan hari pertama berat badan bayi 3350 gram kemudian diberikan pijat oksitosin dan hasil perahan ASI sebanyak 10 ml. intenternesi dilakukan selama 7 hari dan setiap hari setelah diberijan pijat oksitosin produksi ASI ibu semakin meningkat. Kenaikan volume ASI terjadi pada hari ke 4, hari ke 5 dan hari ke 6 dan 7, peningkatan tersebut sebanyak 20 ml. Rata-rata peningkatan produksi ASI sebanyak 38,5 ml. Pada hari ke 7 dilakukan evaluasi kenaikan berat badan bayi didapatkan hasil berat badan bayi bertambah 150 gram dari 3350 gram pada hari pertama pengukuran dan 3500 gram pada hari ke 7.

### 3.4. Pembahasan

Penelitian ini membuktikan bahwa ada perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi antara hasil asuhan kebidanan pada ibu nifas yang di berikan intervensi pijat oketani dan yang di berikan intervensi pijat oksitosin.

Pada responden I ibu nifas yang diberikan pijat oketani mengeluh ASI tidak lancar dan terdapat bendungan ASI pada payudara sebelah kiri. Pada kunjungan pertama bayi ditimbang dan didapatkan berat badan bayi 2800 gram kemudian diberikan intervensi pijat oketani pada kedua payudara selama 7 hari. Hasil yang didapatkan ASI lancar pada kedua payudara, dan pada payudara sebelah kiri perlahan menjadi lentur dan tidak terdapat bendungan ASI. Kenaikan volume ASI terjadi setelah diberikan pijat oketani pada hari ke 3, 5 dan 7. Rata-rata peningkatan produksi ASI sebanyak 60 ml. Pada hari ke 7 berat badan bayi dievaluasi dan didapatkan kenaikan berat badan sebanyak 200 gram dari 2800 gram pada kujungan pertaman dan naik menjadi 3000 gram pada evaluasi hari ke 7.

Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sari, 2020) penelitian menunjukkan produksi ASI ibu nifas sebelum dilakukan pijat oketani diperoleh nilai rata-rata yaitu 82,40 cc. Sedangkan produksi ASI ibu nifas sesudah diberikan pijat oketani memiliki nilai rata-rata yaitu 105,20 cc yaitu bahwa produksi ASI sebelum dilakukan pijat oketani ASI yang < 100 cc adalah 20 responden (80%) dan produksi ASI normal atau  $\geq 100$  cc adalah 5 responden (20%) sedangkan produksi ASI sesudah diberikan oketani mengalami peningkatan yaitu produksi ASI  $\geq 100$  cc adalah 21 responden (84%) dan produksi ASI < 100 cc adalah 4 responden (16%). Produksi ASI pada setiap ibu nifas sebelum dilakukan pemijatan memiliki produksi ASI yang kurang. Setelah melakukan pijat oketani pada setiap responden produksi ASI ibu nifas mengalami peningkatan yang ditandai dengan bertambahnya volume ASI ibu setelah 5 hari dilakukan pemijatan.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa manfaat dari pijat oketani yaitu untuk melancarkan saluran dan produksi ASI sehingga produksi ASI meningkat, membuat payudara akan lebih elastis dan lembut pada bagian leher puting, puncak puting, dan disekitar aerola, pijat ini juga tidak menimbulkan rasa sakit atau rasa tidak nyaman *Oketani massage* juga dapat berpengaruh terhadap kondisi bayi seperti meningkatkan reflex, peningkatan berat badan dan kepuasan bayi dalam menyusui (Angraini, 2022).

Hasil yang sama ditunjukkan oleh penelitian (Anuhgera, 2021) Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam. Rerata peningkatan berat badan bayi paling efektif terjadi pada hari kesepuluh intervensi pada kelompok yang diberikan *oketani massage* dengan rerata perbedaan berat badan sebesar 314 gram dan peningkatan berat badan sebanyak 310 gram. Artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok setelah intervensi pada hari ke 5 dan 10 intervensi. Kecukupan ASI yang dinilai melalui peningkatan berat badan merupakan salah satu *predictor* dan variabel yang efektif. *Oketani massage* memiliki efek positif pada frekuensi dan durasi menyusui dengan meningkatkan *self-efficacy* menyusui sehingga ibu akan terus menyusui anaknya dan produksi ASI akan mencukupi kebutuhan bayi. Peningkatan berat badan bayi yang diberikan *oketani massage* efektif pada hari ke 5 dan 10 dikarenakan pijat oketani dapat mengurangi kongesti pada payudara sehingga bayi baru lahir lebih mudah untuk menghisap dan meningkatkan Ph ASI sehingga membuat ASI menjadi lebih banyak. Ketika bayi menyusui maka bayi akan merasakan volume ASI yang banyak, aliran ASI yang baik dan rasa ASI yang lebih manis. (Anuhgera, 2021)

Maka dapat di simpulkan setelah diberikan intervensi pijat oketani ada pengaruh pada ibu nifas di mana pada hari ke 3, ke 5 dan ke 7 produksi ASI ibu meningkat dan pada hari ke 7 berat badan bayi bertambah 200 gram. Sehingga antara hasil penelitian yang dilakukan penulis dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya ada kesesuaian hasil yang didapat setelah dilakukan intervensi.

Hasil penelitian pada Responden ke II yang diberikan intervensi pijat oksitosin selama 7 hari pada kunjungan awal ibu mengeluh ASI kurang lancar pada kedua payudara dan padasaat dilakukan penimbangan berat badan bayi didapatkan bahwa berat badan bayi turun sebanyak 50 gram menjadi 3550 gram. Kemudian ibu diberikan intervensi pijat oksitosin dan hasilnya ASI ibu lancar pada saat hari ke 4 dengan rata-rata volume ASI 38,5 ml. Pada evaluasi berat badan bayi hari ke 7 berat badan bayi bertambah menjadi 3500 gram.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan (Marantika, 2023) Universitas Nasional. Penelitian didapatkan hasil pada kelompok yang diberikan intervensi pijat oksitosin mengalami peningkatan kelancaran produksi ASI dengan rata-rata kelancaran produksi ASI sebesar 87,33 dan pada kelompok kontrol peningkatan kelancaran ASI dengan rata-rata 55,33, dengan selisih rata-rata 32. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh setelah pemberian intervensi pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI di TPMB. R Jatibening Kota Bekasi.

Dengan pijat oksitosin ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress serta meningkatkan rasa nyaman (Fatrini, 2022). Saat ibu merasa nyaman atau rileks, tubuh akan mudah melepaskan hormon oksitosin. Hormon oksitosin diproduksi oleh kelenjar *hipofisi posterior*. Setelah diproduksi oksitosin akan memasuki darah kemudian merangsang sel-sel *meopitel* yang mengelilingi *alveolus mammae* dan *ductus lactiferus*. Kontraksi sel-sel *meopitel* mendorong ASI keluar dari *alveolus mammae* melalui duktus laktiferus menuju ke sinus laktiferus dan disana ASI akan disimpan. Pada saat bayi menghisap puting susu, ASI yang tersimpan di sinus laktiferus akan tertekan keluar kemulut bayi. (Aryani, 2021)

Hasil penelitian (Doko, 2019) pemberian pijat oksitosin oleh suami dapat meningkatkan produksi Air Susu Ibu (ASI) pada ibu nifas yang dilihat dengan berat badan bayi hari, frekuensi menyusui, lama tidur bayi, frekuensi Buang Air Besar bayi (BAB), frekuensi Buang Air Kecil bayi (BAK), dan istirahat tidur ibu.

Maka dapat di simpulkan setelah diberikan intervensi pijat oksitosin ada pengaruh pada ibu nifas di mana pada hari ke 4, ke 5, 6 dan ke 7 produksi ASI ibu meningkat dan pada hari ke 7 berat badan bayi bertambah 150 gram. Sehingga antara hasil penelitian yang dilakukan penulis dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya ada kesesuaian hasil yang di dapat setelah dilakukan intervensi.

Pada penelitian ini intervensi pijat oketani dan pijat oksitosin ini mempunyai pengaruh terhadap produksi ASI pada ibu nifas, akan tetapi responden yang diberikan pijat oketani penambahan produksi ASI nya lebih cepat yaitu pada hari ke 3 sedangkan yang diberikan intervensi pijat oksitosin penambahan volume ASI terjadi pada hari ke 4. Selain itu responden yang diberikan pijat oketani penambahan volume ASI nya lebih banyak dibandingkan dengan responden yang diberikan pijat oksitosin, volume ASI pada ibu yang diberikan pijat oketani yaitu 60 ml, sedangkan responden yang diberikan intervensi pijat oksitosin peningkatan volume ASI nya hanya sebanyak 10 ml sampai hari ke 4. Perbedaan juga terlihat pada saat evaluasi volume ASI dan peningkatan berat badan bayi pada hari ke 7. Hasil akhir volume ASI pada kedua responden terdapat selisih rata-rata volume ASI lebih banyak yaitu 21,5 ml pada responden yang mendapatkan intervensi pijat oketani dibandingkan dengan yang mendapat intervensi pijat oksitosin. Sedangkan berat badan bayi juga yang mendapatkan pijat oketani penambahan berat badan lebih unggul 50 gram dibandingkan dengan yang mendapatkan pijat oksitosin.

Hasil penelitian ini sama dengan hasil penelitian (Anggraini, 2022) Penelitian ini menunjukkan rata-rata volume produksi ASI sebelum dan setelah tes pada kelompok pijat oketani 53,56 ml, sedangkan rata-rata kelompok pijat oksitosin 40,07 ml. Dapat disimpulkan artinya ada perbedaan volume produksi ASI antara pijat oketani dan pijat oksitosin. Pijat oketani lebih efektif dibandingkan pijat oksitosin, hal ini dibuktikan dari hasil selisih rata-rata volume produksi sebelum dan setelah pijat oketani lebih unggul dibandingkan dengan pijat oksitosin. (Anggraini, 2022)

Pijat oketani sangat efektif jika dibandingkan dengan pijat payudara yang lain terutama untuk ibu post partum, pijat oketani dapat menstimulasi kekuatan *otot pectoralis* untuk meningkatkan produksi

ASI dan membuat payudara menjadi lebih lembut dan elastis sehingga memudahkan bayi untuk menghisap ASI. Pijat oketani juga akan memberikan rasa lega dan nyaman secara keseluruhan pada responden, meningkatkan kualitas ASI, mencegah puting lecet dan mastitis serta dapat memperbaiki atau mengurangi masalah laktasi yang disebabkan oleh puting yang rata (flat nipple) dan puting yang masuk kedalam (Anggraini, 2022).

Maka dapat di simpulkan bahwa efektivitas pemberian pijat oketani lebih baik daripada pijat oksitosin pada ibu nifas untuk meningkatkan produksi ASI. Asumsi peneliti, pijat oketani lebih efektif meningkatkan produksi ASI dibandingkan dengan pijat oksitosin karena pijat oketani ini dilakukan langsung pemijatannya pada payudara yang mengalami ketidaklancaran dan langsung membuka saluran produksi ASI yang terhambat atau mengalami pembengkakan. Pijat oketani ini dilakukan secara menyeluruh pada setiap bagian payudara, dari bagian bawah payudara sampai ke areola dan puting susu. Sehingga pada saat dilakukan pijat oketani saluran produksi ASI membuka dan langsung terlihat ASI akan keluar dengan lancar. Berbeda dengan pijat oksitosin yang dilakukan pemijatan pada bagian punggung, ini akan memakan waktu yang lebih lama dibandingkan dengan pijat oketani yang langsung dilakukan pada payudara.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil evaluasi setelah diberikan intervensi pijat oketani pada responden I dan pijat oksitosin pada responden II selama 7 hari dapat disimpulkan bahwa terdapat perbandingan peningkatan volume ASI dan penambahan berat badan bayi pada pijat oketani lebih efektif daripada pijat oksitosin. Pijat oketani sangat efektif jika dibandingkan dengan pijat payudara yang lain terutama untuk ibu postpartum, karena dapat menstimulasi kekuatan *otot pectoralis* untuk meningkatkan produksi ASI dan membuat payudara menjadi lebih lembut dan elastis sehingga memudahkan bayi untuk menghisap ASI. Disarankan kepada petugas kesehatan dapat mengaplikasikan pemberian pijat oketani pada ibu nifas yang mengalami masalah laktasi untuk meningkatkan produksi ASI.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, F. (2022). EFEKTIFITAS PIJAT OKETANI DAN PIJAT OKSITOSIN DALAM MENINGKATKAN PRODUKSI AIR SUSU IBU (ASI). *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, Vol. 5 No. 2, 93-104.
- Anuhgera, D. E. (2021, April 30). PENGARUH OKETANI MASSAGE TERHADAP KECUKUPAN ASI PADA IBU POSTPARTUM DI PRAKTIK BIDAN MANDIRI (PBM) KASIH IBU KABUPATEN DELI SERDANG. *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, Vol. 3 No. 2, 6 - 12.
- Aryani, Y. (2021). *Proses Laktasi dan Teknik Pijat Oksitosin*. Pekanbaru: Malay Culture Studies.
- Astari, A. D. (2019). Pijat Oketani Lebih Efektif Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu PostPartum Dibandingkan dengan Teknik Marmet. *Vol. 2 No. 1*, 242 - 248.
- Doko, T. M. (2019). PENGARUH PIJAT OKSITOSIN OLEH SUAMI TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS. *Jurnal Keperawatan Silampari*, Vol. 2 No. 2, 66-86.
- Fatrin, T. (2022). Edukasi praktik pijat oksitosin terhadap peningkatan kelancaran produksi ASI. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Humanity And Medicine*, Vol. 3 No. 1, 36-46.
- Halimatussakdiah. (2023, Juni 13). Penerapan Oketani Breast Massage (OBM) Pada Ibu Postpartum Dengan Pendekatan Evidence Based Nursing Practice (EBNP). *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan*, Vol. 4 No. 2, 252-262.
- Hardani. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu.
- Hidayah, S. N. (2023, September 22). PENGARUH PIJAT OKETANI TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI RUANG ADAS MANIS RSUD PANDAN ARANG BOYOLALI. *Vol. 1 No. 3*, 221 -230.
- Katili, D. N. (2022). PENGARUH PIJAT OKETANI TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM. *Vol. 7 No 1*, 58 - 63.

- Machmudah. (2017, September 30). SUKSES MENYUSUI DENGAN PIJAT OKETANI. *Implementasi Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Untuk Peningkatan Kekayaan Intelektual* (pp. 221 - 225). Semarang: Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Marantika, S. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelabgaran Produksi AASI PAdA Ibu Post Partum. *Jurnal Menara Medika*, 277 - 285.
- Marantika, S. (2023, Maret 28). PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM. *Jurnal Menara Medika*, Vol. 5 No.2, 277-285.
- Purnamawati, W. W. (2022). Analisis Hubungan Kecemasan Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum : Literature Riview. *Jurnal Keperawatan Muhamadiyah*, Vol. 7 No. 2, 188 - 194.
- Sari, V. P. (2020). PENGARUH PIJAT OKETANI TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANGKINANG KOTA. *Jurnal Doppler*, Vol. 4 No. 2, 112 - 123.
- UNICEF. (2022, Agustus 1). *Pekan Menyusui Sedunia: UNICEF dan WHO serukan dukungan yang lebih besar terhadap pemberian ASI di Indonesia seiring penurunan tingkat menyusui selama pandemi COVID-19*. Retrieved from UNICEF: <https://www.unicef.org/indonesia/id/siaran-pers/pekan-menyusui-sedunia-unicef-dan-who-serukan-dukkungan-yang-lebih-besar-terhadap>