

---

---

## Effectiveness Of Oxytocin Massage And Effleurage Massage On The Volume Of Breast Milk In Primipara

Sehmawati<sup>1)</sup>, Dewi Setyobudii<sup>2)</sup>.

---

### ABSTRACT

---

**Background:** Mother's milk (ASI) is the only source of natural nutrients produced by humans, breast milk contains a good nutritional composition and contains non-nutritive bioactive components that function for development. Breast milk can save the lives of more than 820,000 children under 5 years of age each year, the majority 87%, especially babies under 6 months of age. **Objective:** to determine the effectiveness of oxytocin massage and efflurage massage on the milk volume of primiparous postpartum mothers. This research method uses a quasi-experimental type, a research design with two groups (Oxytocin massage group and Effleurage Massage group) pre-test post-test design, to determine the effect of oxytocin massage and Effleurage massage on increasing the volume of breast milk in primiparous postpartum mothers. Sampling with non-probability sampling technique obtained a total sample of 34 respondents. Methods of data analysis using non-parametric static analysis techniques Wilcoxon and Mann Whitney with  $\alpha$  0.05. **Results:** From the results of the study on 17 respondents, the results showed that there were differences in the pretest and posttest in the oxytocin massage and efflurage massage groups, namely an increase in milk production after treatment, namely there was a difference in the mean pretest and mean posttest with the result  $P = 0.001 < \alpha$  0.05.

**Conclusion:** From the results of the study on 34 respondents there was an effect of Oxytocin massage and Effleurage massage on increasing milk production in postpartum mothers

**Keywords:** Oxytocin Massage, Effleurage Massage, Primipara Postpartum.

---

**Latar Belakang:** Air Susu Ibu (ASI) merupakan satu-satunya sumber zat gizi alami yang diproduksi oleh manusia, ASI mengandung komposisi gizi yang baik dan mengandung komponen *bioaktifnonnutritive* yang berfungsi untuk perkembangan. ASI dapat menyelamatkan nyawa lebih dari 820.000 anak dibawah usia 5 tahun setiap tahunnya, mayoritas 87% terutama bayi dibawah usia 6 bulan. **Tujuan:** mengetahui efektivitas pijat *oksitosin* dan pijat *efflurage* terhadap volume ASI ibu nifas primipara. **Metode** penelitian ini menggunakan jenis *quasi experiment*, rancangan penelitian dengan two group (kelompok pijat Oksitosin dan kelompok Pijat *Effleurage*) pre-test post-test design, untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin dan pijat *Effleurage* terhadap peningkatan volume asi ibu nifas primipara. Pengambilan sampel dengan teknik *non probability sampling* diperoleh jumlah sampel sebanyak 34 responden. Metode analisis data menggunakan teknik analisis statis non parametrik wilcoxon dan Mann Whitney dengan  $\alpha$  0,05. **Hasil:** Dari hasil penelitian pada 17 responden diperoleh hasil menunjukkan perbedaaan *Pretest dan Posttest* pada kelompok pijat oksitosin dan pijat *efflurage* yaitu terjadi peningkatan produksi ASI setelah perlakuan yaitu terjadi perbedaan mean *Pretest* dan mean *Posttest* dengan

---

---

---

hasil  $P = 0,001 < \alpha 0,05$ .

**Simpulan:** Dari hasil penelitian pada 34 responden ada pengaruh pijat *Oksitosin* dan pijat *Effleurage* terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas.

**Kata Kunci:** Pijat Oksitosin dan Effleurage, Produksi ASI.

#### **Authors Correspondence**

Universitas An Nuur, Email: [sehma7799@gmail.com](mailto:sehma7799@gmail.com)<sup>1</sup> ), Puskesmas Toroh II, Email: [nyonyagiyanto@gmail.com](mailto:nyonyagiyanto@gmail.com)

Published Online Desember 20, 2022

doi: -

## **PENDAHULUAN**

Air susu ibu (ASI) merupakan satu-satunya sumber zat gizi alami yang diproduksi oleh manusia yang merupakan sumber makanan alami yang sempurna dan memiliki manfaat seumur hidup. ASI memiliki kandungan *bioaktifnonnutritive* untuk perkembangan bayi serta dapat membentuk imun tubuh bayi yang dapat mengurangi kematian bayi baru lahir, meningkatkan perkembangan usia dini, perkembangan otak yang sehat. ASI dapat menyelamatkan nyawa lebih dari 820.000 anak dibawah 5 tahun setiap tahunnya, mayoritas 87% dibawah 6 bulan (Walyani; Purwoastuti, 2015).

Manfaat ASI untuk bayi yaitu dapat meningkatkan berat badan bayi yang baik setelah lahir, sebagai antibodi, mengurangi kejadian karies dentis, terhindar dari alergi dan juga dapat meningkatkan kecerdasan bayi. Manfaat ASI untuk ibu yaitu, sebagai alat kontrasepsi alami, mencegah resiko

terkena kanker payudara dan kanker ovarium, dapat menurunkan berat badan ibu, serta meningkatkan psikologi ibu (Walyani; Purwoastuti, 2015).

Proses menyusui akan memberikan dampak baik seperti pada proses awal menyusui, setelah bayi lahir terdapat zat kekebalan tubuh yang terdapat pada kolostrum, kolostrum kaya akan protein dan mengandung *imunoglobulin A* yang keluar pertama kali melalui ASI pada hari pertama sampai hari ke 3-5 (Suradi, 2008).

Permasalahan pemberian ASI pada hari – hari pertama kehidupan bayi, dapat di antisipasi sejak kehamilan melalui konseling laktasi. Namun karena kurangnya penyebarluasan informasi di antara petugas kesehatan dan masyarakat yang belum optimal. Sekitar 60% masyarakat tahu informasi tentang ASI dan baru ada sekitar 40 % tenaga kesehatan terlatih yang bisa memberikan konseling menyusui. Sehingga perlu adanya solusi untuk ibu yang memiliki

masalah pemberian ASI sejak dini namun ASI tidak keluar di hari pertama (Astuti I, 2013).

Pada hari-hari pertama produksi ASI belum melimpah yang disebabkan oleh fungsi hormone *prolactin* belum bekerja secara maksimal. Oleh karena itu pada hari awal pasca melahirkan ibu hanya mengeluarkan sedikit ASI yang berwarna keruh kekuningan. Bahkan ada yang belum keluar kolostrum pada hari pertama. Sehingga ibu dan keluarga menjadi panik merasa tidak mampu memberikan ASI (Lestari, 2021).

Pasca melahirkan dengan kasus tersebut diperlukan terapi pijat yang bersifat rileksasi sehingga akan menstimulasi *hipofisis* untuk memproduksi hormone *prolactin* dalam memproduksi ASI, Pijat *oksitosin* dan *efflurage* adalah pemijatan pada daerah tulang belakang leher, punggung, atau sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima sampai keenam. Pijat *oksitosin* adalah gerakan yang dilaksanakan oleh suami/keluarga/pendamping ibu saat masa nifas pada ibu menyusui berupa *back massage* pada punggung ibu untuk menambah pengeluaran hormon *oksitosin*. Pijat *oksitosin* yang dilakukan oleh suami/kerabat/pendamping ibu (Lestari, 2021).

Pijat *oksitosin* adalah gerakan yang dilaksanakan oleh suami pada ibu menyusui berupa *back massage* pada punggung ibu untuk menambah pengeluaran hormon *oksitosin*. Pijat *oksitosin* yang dilakukan oleh suami mampu memberikan kenyamanan pada ibu menyusui dan memberikan kenyamanan pada bayi yang disusui (Rahayu, 2016)

Dengan berkembangnya ilmu pengetahuan banyak metode yang telah dikembangkan untuk mengatasi permasalahan ASI yang tidak keluar atau keluar sedikit pada hari-hari pertama kelahiran, selain Pijat *oksitosin* ada pijat *Efflurage* untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Dalam penelitian Rahayuningsih 2016, Pijat *oksitosin* terbukti dapat meningkatkan rasa rileks, tidur lebih nyaman dan berkualitas, mengurangi rasa sakit, serta mengurangi adanya stress serta membantu meningkatkan hormone *oksitosin* dan *prolactin* sehingga mempermudah pengeluaran ASI serta produksi ASI. ASI merupakan nutrisi yang paling baik bagi bayi yang berpengaruh terhadap pertumbuhannya. Selain pemberian pijat *oksitosin*, terapi nonfarmakologi berupa pijatan *effleurage* yang dilakukan secara berturut-turut mampu meningkatkan *let down reflex* yang dapat membantu dalam pengeluaran produksi ASI sampai ke

bayi, hingga mampu mempengaruhi system saraf perifer.

System saraf dapat meningkatkan komunikasi antar saraf dan meningkatkan rangsangan, membantu memperbaiki aliran darah ke jaringan dan organ tubuh untuk mengurangi sumbatan saluran keluarnya ASI, sehingga meningkatkan pengeluaran hormone prolactin dan oksitosin (Lestari, 2021)

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan penelitian jenis *quasi experiment*. Rancangan penelitian kali ini menggunakan pre dan post with control group. Pada desain ini peneliti melakukan perlakuan kelompok pijat *Oksitosin* dan kelompok pijat *Effleurage*. Kegiatan percobaan ini bertujuan untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang timbul (volume ASI), perlakuan atau intervensi tertentu dengan melakukan pijat *oksitosin* dan pijat *Effleurage*. Dengan dua kelompok (kelompok pijat *Oksitosin* dan kelompok Pijat *Effleurage*) pre-test post-test design, untuk mengetahui pengaruh pijat *oksitosin* dan pijat *Effleurage* terhadap peningkatan volume asi ibu nifas primipara. Rancangan penelitian yang akan dilakukan adalah melakukan satu kali pengukuran diawal (*pre-test*) sebelum adanya perlakuan (*treatment*)

dan satu kali pengukuran diakhir setelah dilakukan perlakuan (*post test*) (Dharma, 2011).

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara *non probability sampling*, yaitu teknik yang tidak memberikan kesempatan yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel, dengan menggunakan metode *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu sesuai dengan yang diinginkan oleh peneliti, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Notoatmodjo, 2010).

Variabel independen (variabel bebas) adalah variabel yang mempengaruhi atau variabel yang menjadikan sebab timbulnya atau berubahnya variabel terikat (variabel dependen). Variabel independen yang ada dalam penelitian ini adalah pijat *oksitosin* dan pijat *Effleurage*. Variabel dependen adalah variabel yang di pengaruhi oleh variabel bebas (variabel independen). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah volume ASI pada ibu nifas primipara Analisis data yang digunakan dalam penelitian yaitu teknik analisis *statis non parametrik wilcoxon* dan *Mann Whitney* yang bertujuan untuk menguji pengaruh antara variabel dependen dan variabel independent.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**a. Hasil**

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Umur, Pekerjaan dan Pendidikan Responden**

Karakteristik	Pijat Oksitosin		Pijat Effluarage	
	F	%	F	%
<b>UMUR</b>				
≤ 20 th	5	29.4	3	17.6
21 – 34 th	12	70.6	14	82.3
	<b>17</b>	<b>100</b>	<b>17</b>	<b>100</b>
<b>PENDIDIKA</b>				
N				
SD	3	17.6	2	11.7
SMP	7	41.2	6	35.3
SMA	6	35.3	5	29.4
PT	1	5.9	4	23.5
	<b>17</b>	<b>100</b>	<b>17</b>	<b>100</b>
<b>PEKERJAA</b>				
N				
Petani	7	41.2	10	58.8
Swasta	9	52.9	6	35.3
PNS	1	5.8	1	5.8
	<b>17</b>	<b>100</b>	<b>17</b>	<b>100</b>

Prosentase karakteristik responden berdasarkan umur 21-34 tahun sebesar 12 responden (70,6 %) pada kelompok pijat Oksitosin, dan 14 responden (82,3%) pada kelompok Pijat Effleurage. Tingkat pendidikan sebagian besar responden adalah SMP pada kelompok pijat Oksitosin 7 responden (41,2%) dan pijat Effleurage. sebanyak 6 orang (35,3%). Pekerjaan pada kelompok pijat Oksitosin terbanyak adalah wiraswasta yaitu 9 orang (52,9%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Produksi ASI Pada Kelompok Pijat Oksitosin**

Produksi ASI	Min	Max	Mean	SD
Produksi ASI pre test	2.00	3.00	2.64	0.49
Produksi ASI post test	3.00	5.00	4.58	0.64

Pada tabel 2, menunjukkan bahwa pada kelompok pijat oksitosin terdapat

peningkatan volume ASI setelah diberikan intervensi 2,64 ml dengan standar deviasi 0,49, nilai min 2,00 dan max 3,00. Rata-rata produksi ASI pada ibu sesudah dilakukan perlakuan 4,58 ml dengan standar deviasi 0,64, nilai min 3,00 dan max 5,00.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Produksi ASI Pada Kelompok Pijat Effluarage**

Produksi ASI	Min	Max	Mean	SD
Produksi ASI pre test	2.00	3.00	2.58	0.47
Produksi ASI post test	3.00	4.50	3.91	0.56

Pada tabel 3, menunjuk pada kelompok pijat Effluarage sebelum dilakukan pijatan produksi ASI sebanyak 2,58 ml dengan standar deviasi 0,47, nilai min 2.00 dan max 3.00. Rata-rata produksi ASI pada ibu nifas sesudah dilakukan pijat Effluarage 3,91 ml dengan standar deviasi 0,56, nilai min 3.00 dan max 4,50. Hasil uji statistik didapatkan nilai *p value* 0,000 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan produksi ASI dari pijatan oksitosin dan Efflurage.

**PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1, diperoleh data menunjukkan bahwa dari 17 responden pada kelompok pijat oksitosi dan 17 responden pada kelompok pijat efflurage dengan responden terbanyak usia 21-34 tahun,

berdasarkan latar belakang pendidikan pendidikan terbanyak lulusan SMP, dan berdasarkan pekerjaan terbanyak adalah wirswasta. Dari tabel 2 terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI setelah diberikan intervensi 2,64 ml dengan standar deviasi 0,49, max 3,00. Rata-rata produksi ASI pada ibu sesudah dilakukan perlakuan 4,58 ml dengan standar deviasi 0,64, nilai min 3,00 dan max 5,00. Dari pemberian pijat efflurage terdapat peningkat volume ASI Rata-rata produksi ASI pada ibu nifas sesudah dilakukan pijat Effluarage 3,91 ml dengan standar deviasi 0,56, nilai min 3,00 dan max 4,50. Hasil uji statistik didapatkan nilai *p value* 0,000 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan produksi ASI setelah pemberian pijat oksitosin dan pijat efflurage.

Peningkatan produksi ASI pada kelompok pijat oksitosin dan pijat effleurance ini didukung oleh karakteristik partisipan yang sebagian besar pada rentang usia reproduktif (21-34 tahun). Usia ibu saat hamil dan melahirkan sangat berpengaruh terhadap kesehatan reproduktif bagi wanita untuk hamil, melahirkan dan siap memberikan ASI kepada bayinya, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2021) dimana terdapat sebagian

responden berada pada rentang usia reproduktif 20-35 tahun.

Dari hasil penelitian latar belakang pendidikan responden terbanyak adalah SMP, Menurut Notoatmodjo (2003), pendidikan merupakan proses menumbuh kembangkan seluruh kemampuan dan perilaku manusia melalui pengetahuan. Tingkat pendidikan yang semakin tinggi akan membuat pengetahuan seseorang menjadi lebih baik. Dengan pendidikan yang baik seseorang akan memperoleh pengalaman yang diterima oleh pemikiran yang kritis, sehingga akan dapat menambah wawasan. Tingkat pendidikan yang tinggi juga memungkinkan seseorang untuk lebih terbuka, karena dengan pengetahuan dan tingkat intelegensi yang dimiliki menjadi salah satu faktor keberhasilan seseorang dalam memahami suatu informasi terutama dalam hal ini informasi tentang menyusui.

Latar belakang pekerjaan terbanyak dari responden adalah wiraswasta, pekerjaan adalah kegiatan rutin sehari-hari yang dilakukan oleh seorang ibu dengan maksud untuk memperoleh penghasilan. Setiap apapun jenisnya, apakah pekerjaan tersebut memerlukan kekuatan otot atau pemikiran, adalah beban bagi yang melakukan. Semakin tinggi ketrampilan yang dimiliki oleh tenaga kerja, semakin efisien badan

(anggota badan), tenaga dan pemikiran (mentalnya) dalam melaksanakan pekerjaan (Notoatmodjo, 2007).

Studi yang dilakukan oleh Eniko (2017) pada wanita di Hongaria yang diberikan hipnoterapi untuk melihat perubahan oksitosin dan kortisol adanya peningkatan oksitosin yang merupakan neuromodulator atau mengatur proses afiliasi sosial di otak dan penurunan kadar kortisol sebagai hormon stress. Penelitian ini menunjukkan bahwa massage effleurage punggung dan dalam 7 hari dapat menurunkan tingkat kecemasan dan kadar kortisol ibu masa nifas. Oleh karena itu bidan menggunakan massage effleurage punggung pada ibu pascapersalinan untuk memberikan relaksasi yang akan menurunkan kadar kortisol dan kecemasan ibu yang akan mempengaruhi kelancaran produksi ASI.

Hasil penelitian ini menunjukkan produksi ASI pada kelompok massage effleurage punggung yang diukur dari frekuensi menyusui sebelum intervensi dengan nilai rata-rata 6,40 dan setelah intervensi 2,30. BAK bayi sebelum intervensi dengan nilai rata-rata 4,25 dan setelah intervensi 12,15. Lamanya tidur bayi sebelum intervensi 11,25 dan setelah intervensi 17,00.

Hasil penelitian pada kelompok kontrol yang diberikan massage effleurage punggung didapatkan nilai rata-rata frekuensi menyusui sebelum intervensi 6,25 dan setelah intervensi 10,85. BAK bayi dengan nilai rata-rata 3,95 dan setelah intervensi 10,85. Lama tidur bayi dengan nilai rata-rata sebelum intervensi 12,05 dan setelah intervensi 16,00 maka hal ini menunjukkan perbedaan yang signifikan dengan  $p\text{-value} < 0,05$ .

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Liva Maita (2016) dimana berdasarkan analisis data Bivariat didapatkan hasil uji statistiknya didapatkan bahwa  $p\text{ value}$  untuk distribusi rata-rata produksi ASI pada ibu nifas dengan metode pijat oksitosin adalah 0,000, dengan  $p\text{ value} < \alpha$  (0,05).

Hasil penelitian ini mendukung dengan penelitian sebelumnya tentang pengaruh massage punggung pada laktasi pada ibu postnatal yang diberikan pijat punggung selama 15 menit dan didapatkan hasil bahwa adanya peningkatan volume ASI dengan melihat kenaikan berat badan bayi pada kelompok perlakuan pada hari pertama 10,9 gram, hari kedua 24,6 gram dan hari ketiga 36,8 gram sedangkan pada kelompok kontrol kenaikan berat badan bayi pada hari

pertama 6,89 gram, hari kedua 19,24 dan pada hari ketiga 30,16 gram yang menunjukkan massage punggung efektif meningkatkan volume ASI (Patel, 2013).

Hal ini menunjukkan bahwa metode pijat oksitosin mempunyai pengaruh terhadap produksi ASI pada ibu nifas. Dan penelitian yang dilakukan Helmy Apreliasari dan Risnawati (2020) dengan Hasil penelitian bahwa Produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin bahwa hasil uji statistik lanjut menggunakan Wilcoxon Signed Ranks Test diperoleh nilai p value = 0,035 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI.

Pijat *oksitosin* dan *Efflurage* terbukti dapat meningkatkan rasa rileks, tidur lebih nyaman dan berkualitas, mengurangi rasa sakit, serta mengurangi adanya stress serta membantu meningkatkan hormone *oksitosin* dan *prolactin* sehingga mempermudah pengeluaran ASI serta produksi ASI. ASI merupakan nutrisi yang paling baik bagi bayi yang berpengaruh terhadap pertumbuhannya.

#### DAFTAR PUSTAKA

Astuti I. Determinan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Menyusui. J Heal Qual. 2013;4(1):60-68.

Dharma, K. K. 2011. Metodologi Penelitian Keperawatan Panduan Melaksanakan dan Menerapkan

Hasil Penelitian. Jakarta : Trans Info Media

Kasos E, Kasos K, Pusztai F, et al. Changes In Oxytocin and Cortisol In

Active-Alert Hypnosis : Hormonal Changes Benefiting Low Hypnotizable Participants. Int J Clin Exp Hypn. 2018;66(4):404-427.

Lestari P. Fatimah, Ayuningrum, DL (2021). Pijat Oksitosin, Laktasi Lancar, bayi Tumbuh Sehat, Yogyakarta : Elmatara

Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Edisi Revisi. Jakarta: Rineka Cipta

Purwoastuti, E & Walyani, E.S.(2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.

Putri, S. R. (2021). Efektivitas Pijat Oksitosin dan Aromaterapi Lavender Terhadap Keberhasilan Relaktasi pada Ibu Nifas. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat. 10(01), 1-7.  
<https://doi.org/10.33221/jikm.v10i01.782>

Rahayuningsih, T, Mudigdo, A, Murti, B. 2016. Effect of Breast Care and Oxytocin Massage on Breast Milk Production: A study in Sukoharjo Provincial Journal of Maternal and Child Health (2016), 1(2): 101-109  
<https://doi.org/10.26911/thejmch.2016.01.02.05>

Rulina Suradi, Utami.2008. Manfaat ASI dan Menyusui.Jakarta : Balai Penerbit FKUI.