

**PENGARUH PIJAT OKSITOSIN DAN AROMATHERAPY LAVENDER
TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BATURI
KABUPATEN BANJARNEGARA**

Sendy Firza Novilia Tono¹

¹*STIKes William Booth Surabaya. Jl. Cimanuk No.20 Surabaya*
Email : sendyfirza@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Air Susu Ibu (ASI) adalah nutrisi bagi bayi yang penting terlebih di bulan pertama kehidupan ASI merupakan sumber gizi yang ideal dengan kandungannya yang sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan bayi baik secara kualitas maupun kuantitas. ASI juga merupakan makanan tunggal yang cukup memenuhi kebutuhan tumbuh kembang bayi normal sampai usia empat sampai enam bulan. Di Indonesia ASI eksklusif masih sangat memprihatinkan dan masih perlu banyak mendapat perhatian dari semua pihak. Masalah ini dipengaruhi oleh beberapa masalah seperti berkurangnya rangsangan hormone oksitosin. Teori mengatakan kondisi psikologis ibu sangat mempengaruhi produktifitas ASI, Karena itu adanya persiapan persalinan hingga melahirkan merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi keberhasilan menyusui, stress, rasa khawatir yang berlebihan kesedihan sangat berperan dalam keberhasilan menyusui sehingga dengan metode pijat oksitosin dan aromatherapy lavender merupakan salah satu bentuk terapi komplementer untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum. **Tujuan Penelitian** ini untuk mengetahui adakah pengaruh pijat oksitosin dan aromatherapy Lavender untuk peningkatan produksi ASI pada ibu post partum. **Metode penelitian** ini menggunakan Jenis penelitian Quasi Eksperimen dengan desain penelitian pre dan post test desain. **Hasil penelitian** diperoleh nilai p value 0,109 dimana nilai p value > nilai α (0.05) yang berarti bahwa tidak ada pengaruh pemberian pijat oksitosin dengan aromatherapy lavender pada ibu postpartum 4 hari. **Kesimpulan** dalam penelitian ini bahwa pijat oksitosin dan aromatherapy lavender untuk meningkatkan produksi ASI tidak ada pengaruh dari hasil uji Wilcoxon tersebut, dikarenakan keterbatasan durasi waktu penelitian terlalu cepat,

Kata kunci : Pijat Oksitosin, Aromatherapy Lavender, Produksi ASI

ABSTRACT

Background : *Mother's Milk (ASI) is an important nutrient for babies, especially in the first month of life. Breast milk is an ideal source of nutrition with its content in accordance with the growing needs of babies both in quality and quantity. Breast milk is also a single food that is sufficient to meet the needs of normal infant growth and development until the age of four to six months. In Indonesia, exclusive breastfeeding is still very concerning and still needs a lot of attention from all parties. This problem is influenced by several problems such as reduced stimulation of the hormone oxytocin. The theory says that the mother's psychological condition greatly affects the productivity of breast milk. Therefore, preparation for labor until*

*delivery is an important factor that can affect the success of breastfeeding, stress, excessive worry and sadness play a very important role in the success of breastfeeding so that the oxytocin massage method and lavender aromatherapy is one form of breastfeeding. complementary therapy to increase breast milk production in post partum mothers. **The purpose** of this study was to determine the effect of oxytocin massage and lavender aromatherapy to increase breast milk production in postpartum mothers. This research method uses a quasi-experimental research type with a pre and post test design. **The results** of the study obtained a p value of 0.109 where the p value > value (0.05) which means that there is no effect of giving oxytocin massage with lavender aromatherapy on postpartum mothers 4 days. **The conclusion** in this study was that oxytocin massage and lavender aromatherapy to increase breast milk production had no effect on the Wilcoxon test results, due to the limited duration of the study.*

Keywords: *Oxytocin Massage, Lavender Aromatherapy, Breast Milk Production*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah nutrisi bagi bayi yang penting terlebih di bulan pertama kehidupan ASI merupakan sumber gizi yang ideal dengan kandungannya yang sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan bayi baik secara kualitas maupun kuantitas. ASI sebagai makanan tunggal akan cukup memenuhi kebutuhan tumbuh kembang bayi normal sampai usia empat sampai enam bulan. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) *World Health Organisation* merekomendasikan agar bayi baru lahir mendapat ASI eksklusif (tanpa tambahan apa-apa) selama enam bulan, hal ini dikarenakan ASI adalah nutrisi alamiah terbaik bagi bayi dalam kandungan gizi paling sesuai untuk

pertumbuhan optimal, namun hanya 35,5% bayi berusia kurang dari enam bulan di dunia mendapatkan ASI eksklusif (WHO, 2011).

Pemerintah telah menetapkan Peraturan Pemerintah No. 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian ASI eksklusif, Peraturan pemerintah tersebut menyatakan bahwa setiap bayi harus mendapatkan ASI eksklusif yaitu ASI yang diberikan kepada bayi sejak lahir selama 6 bulan, tanpa makanan tambahan dan mengganti dengan makanan atau minuman lain (Kemenkes, 2012).

Persentase ASI eksklusif nasional dari 19 Provinsi (54,3%) dimana persentase tertinggi terdapat pada provinsi Nusa Tenggara Barat terendah pada provinsi Maluku (25,5%) sehingga perlu dilakukan

upaya agar provinsi yang masih di nasional agar dapat meningkatkan cakupan ASI eksklusif. Pemberian ASI eksklusif untuk bayi 6 bulan secara global dilaporkan kurang dari 40%.

Persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan di Jawa Tengah pada tahun 2015 sebesar 61,6%, sedikit meningkat dibandingkan persentase pemberian ASI eksklusif tahun 2014 yaitu 60,7%, pada kabupaten Brebes pemberian ASI eksklusif yaitu sekitar 67,49% (Profil Kesehatan Jawa Tengah, 2015).

Kegagalan dalam proses menyusui sering disebabkan karena timbulnya beberapa faktor, antara lain faktor ibu, faktor bayi, faktor psikologis, faktor tenaga kesehatan, faktor sosial budaya, penelitian yang dilakukan menunjukkan faktor penghambat pemberian ASI eksklusif berupa keyakinan yang keliru tentang makanan bayi, promosi susu formula dan masalah kesehatan pada ibu dan bayi menyebabkan gagalnya pemberian ASI eksklusif (Diah, 2017).

Adapun faktor ibu yang menjadi masalah dalam pemberian ASI adalah pengeluaran ASI, masalah pengeluaran ASI ini dipengaruhi oleh berkurangnya rangsangan hormone oksitosin. Sedangkan perubahan fisik dan psikologis dapat mempengaruhi proses laktasi. Secara teori bahwa cara kerja hormone oksitosin dipengaruhi oleh kondisi psikologis, Karena itu persiapan ibu pasca bersalin merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi keberhasilan menyusui, stress, rasa khawatir yang berlebihan ketidakbahagiaan sangat berperan dalam kesuksesan menyusui.

Berbagai penelitian yang telah dilakukan di Indonesia adalah metode pijat oksitosin, kompres hangat teknik marmet, *massage rolling* (punggung) *breast care*, tetapi karena keterbatasan informasi di layanan kesehatan tentang prosedur pelaksanaan maka metode-metode ini hanya dikenal saja tetapi jarang diberikan oleh tenaga kesehatan sebagai *care giver* kepada pasien.

Selain pemberian pijat oksitosin hasil penelitian membuktikan bahwa pemberian

aromatherapy lavender dapat bermanfaat dalam meningkatkan produksi ASI.

Aromatherapy lavender merupakan terapi komplementer aromaterapi dengan minyak essential lavender karena lavender mempunyai sifat antikonvulsan, antidepresi, anxiolytic yang bersifat menenangkan. Selain itu hasil penelitian yang dilakukan oleh Nor Aisiyah (2015) aromatherapy lavender yang di hirup atau inhaler akan masuk melalui pernafasan, di tambah terapi fisik dari pijat itu sendiri, diharapkan dengan melakukan intervensi pijat oksitosin dan penambahan aromatherapy lavender akan memberikan relaksasi pada ibu post partum dan dapat memproduksi hormone yang berperan besar pada proses laktasi dan menyusui secara maksimal. (Aisiyah, 2015)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Ruang Nifas Wilayah kerja Puskesmas Batur 1, terdapat beberapa ibu postpartum yang mengeluh belum dapat memberikan ASI disebabkan karena alasan ASI belum keluar. Berdasarkan masalah kajian diatas

maka peneliti tertarik untuk mengembangkan penelitian “ Efektifitas pijat oksitosin dan aromaterapi lavender untuk meningkatkan produksi ASI terhadap ibu postpartum. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisa Efektifitas pijat oksitosin dan aromaterapi lavender untuk meningkatkan produksi ASI terhadap ibu postpartum di Desa batur .

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah Quasi Eksperimen dengan desain penelitian pre dan post test desain, dimana pengukuran dilakukan sebelum dan setelah melakukan intervensi metode pijat oksitosin yang dikombinasikan dengan aromatherapy lavender. Penelitian dilakukan di Wilayah Kerja Wilayah kerja Puskesmas Batur 1 Bulan Juli Tahun 2019. Variabel penelitian ini adalah pemberian pijat oksitosin dan aromatherapy lavender sebagai variabel bebas dan peningkatan produksi ASI sebagai variabel terikat. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu nifas normal

yang melahirkan di Wilayah kerja Puskesmas Batur 1 pada Bulan Juli Tahun 2019. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu postpartum hari pertama berjumlah 15 orang yang diambil menggunakan teknik purposive sampling yaitu sampel diambil berdasarkan keinginan peneliti berdasarkan kriteria inklusi. Instrument penelitian yang digunakan menggunakan lembar observasi yaitu dengan melakukan pengumpulan data selama 4 hari, dimana pemijatan oksitosin dan pemberian aromatherapy lavender diberikan selama 4 hari dengan frekuensi pemijatan dan pemberian aromatherapy 2 x sehari dengan durasi perlakuan 15-30 mnenit. Evaluasi peningkatan produksi ASI dievaluasi sebelum dilakukan perlakuan dan setelah dilakukan perlakuan hingg hari ke 4, dimana pengukuran produksi ASI diukur menggunakan satuan ml (cc) saat sebelum dan setelah perlakuan menggunakan gelas ukur. Analisa data menggunakan Uji Non Parametric yaitu Uji Wilcoxon digunakan karena data berdistribusi tidak normal setelah melakukan uji

normalitas data menggunakan uji Shapiro Wilk karena jumlah responden < 50 responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Tabel 1 Hasil Analisa Data Uji Normalitas Data Pre dan Post Test.

No.	Hasil	Sig	df	P value
1.	Pre test	0.253	3	0.637
2.	Post test	0.385	3	0.000

Sumber Data : Data Primer Juli 2019

Berdasarkan tabel 1. diperoleh hasil uji normalitas data pre dan post test menggunakan uji Shapiro wilk diperoleh nilai p value pada pre test nilai p value 0.637 dimana nilai p value > nilai α (0.05) berarti bahwa data pada pre test berdistribusi normal, sedangkan hasil nilai p value pada post test adalah 0.000 dimana nilai p value < nilai α (0.05) berarti bahwa data post test berdistribusi tidak normal, sehingga hasil uji statistic dilanjutkan menggunakan uji Non Parametrik yaitu menggunakan uji Wilcoxon karena data berdistribusi tidak normal pada data post test.

Tabel 2 Hasil Analisa Data Peningkatan Produksi ASI Saat Pre dan Post Test.

No.	Hasil	Mean	SD	P value
1.	Pre test	48,3	3	0,109
2.	Post test	140,0	3	

Sumber Data : Data Primer Juli 2018

Berdasarkan tabel 2. Diperoleh nilai mean pada data pre test yaitu sebelum dilakukan pijat oksitosin dengan pemberian aromatherapy lavender produksi ASI dengan nilai mean yaitu 48,3 sedangkan setelah dilakukan pemijatan oksitosin dan dievaluasi pada hari ke 4 nilai mean yaitu 140,0 artinya bahwa terjadi peningkatan produksi ASI setelah diberi pijat oksitosin dengan aromatherapy lavender, dimana peningkatan produksi ASI setiap harinya setelah diberikan pijat oksitosin dan pemberian aromtherapi lavender terjadi peningkatan produksi ASI sebanyak $\pm 10 - 15$ cc pada hari 2-3 dan terjadi peningkatan produksi ASI pada hari ke 4 sebanyak $\pm 70 - 75$ cc.

Berdasarkan uji statistic menggunakan uji Wilcoxon diperoleh nilai p value 0,109 dimana nilai p value $>$ nilai α (0.05) yang berarti

bahwa tidak ada pengaruh pemberian pijat oksitosin dengan aromatherapy lavender pada ibu postpartum 4 hari di Desa batur .

PEMBAHASAN

Berdasarkan uji statistik diperoleh tidak ada pengaruh antara pemberian intervensi pijat oksitosin dan aromatherapy lavender pada ibu post partum untuk produksi ASI dikarenakan durasi waktu dari peneliti terlalu cepat yaitu 4 hari dari mulai awal intervensi dilakukan,

Penelitian ini dilakukan pada ibu post partum dengan Responden penelitian ini sejumlah 15 orang yaitu Ny. N, Ny. S, dan Ny. S. pendataan hari pertama pada Ny,N dilaksanakan pada tanggal 11 juli 2019 dimana Ny,N berusia 21 tahun, P1A0, postpartum 5 jam dilakukan intervensi pemijatan oksitosin dan pemberian aromatherapy lavender pada hari pertama Ny.N tampak cemas karena ASI bekum keluar dan belum rileks karena pengalaman pertama melahirkan, pada hari berikutnya Ny.N sudah mulai tenang dan mengatakan bahwa ASI sudah mulai keluar namun belum begitu

lancar. Di hari berikutnya peneliti melakukan intervensi pemijatan oksitosin dan pemberian aromatherapy lavender selama 4 hari di awal selama 30 menit dengan memberi sugesti bahwa pikiran harus tenang sehingga produksi ASI dapat lancar setelah dirasa responden sudah banyak ASInya dengan melakukan pengukuran menggunakan gelas ukur dari 75 ml sampai 150 ml, maka hari berikutnya peneliti tidak melakukan intervensi dan baru datang pada hari ke 7 hari adalah responden merasa senang dan tenang karena produksi ASI sudah banyak dan bayi dapat tidur pulas dan tidak rewel.

Kemudian melakukan pendataan dan intervensi pada Ny. S hari pertama pada tanggal 12 juli 2018 dimana Ny. S berusia 35 tahun P2A0 ibu post partum, Ny.S mengeluh pada hari pertama 10 jam post partum ASI nya belum begitu keluar banyak, riwayat anak pertama ASInya juga tidak banyak, sejak hari pertama wajah Ny. S tampak gelisah karena bayinya rewel ASI kurang, peneliti mulai melakukan intervensi pemijatan oksitosin dan pemberian aromatherapy lavender selama 4 hari

di awal selama 30 menit dengan memberi sugesti bahwa pikiran harus tenang sehingga produksi ASI dapat lancar setelah dirasa responden sudah banyak ASInya dengan melakukan pengukuran menggunakan gelas ukur dari 75 ml sampai 150 ml, maka hari berikutnya peneliti tidak melakukan intervensi dan baru datang pada hari ke 7 hari adalah responden merasa senang dan tenang karena produksi ASI sudah banyak dan bayi dapat tidur pulas dan tidak rewel.

Sedangkan pendataan hari pertama pada Ny.S dilaksanakan pada tanggal 12 juli 2019 dimana Ny. S berusia 21 tahun P1A0 ibu post partum dan mengeluh bahwa ASI belum begitu banyak, kondisi ibu dalam keadaan sehat dan tidak merasa gelisah, peneliti tidak melakukan intervensi pijat oksitosin dan pemberian aromatherapy lavender, namun peneliti hanya memantau perkembangan Ny.S tiap hari sampai hari ke 4. Begitu juga dengan beberapa responden yang lainnya.

Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian Diah Eka (2017) menjelaskan bahwa metode pijat oksitsin sangat berpengaruh

terhadap peningkatan produksi ASI yang dilakukan dengan durasi waktu pemijatan selama 4 minggu intervensi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan diatas bahwa efektifitas pijat oksitosin dan aromatherapy lavender untuk meningkatkan produksi ASI tidak ada pengaruh dari hasil uji Wilcoxon tersebut, dikarenakan keterbatasan durasi waktu penelitian terlalu cepat, sedangkan pada penelitian lain ada pengaruh karena durasi waktu yang cukup.

SARAN

Ibu post partum dapat melaksanakan intervensi pijat oksitosin dan pemberian aromatherapy lavender secara intens di rumah dengan pendamping suami atau keluarga dekat agar produksi ASI dapat maksimal pengeluarannya.

Saran yang dapat di berikan adalah tenaga kesehatan dan masyarakat dapat menggunakan terapi pijat oksitosin dan aromatherapy lavender untuk peningkatan produksi ASI dengan

durasi waktu sesuai jurnal yaitu 4 minggu untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Sehingga metode ini juga dapat diterapkan pada pelayanan kebidanan bagi ibu hamil, bersalin dan nifas secara umum.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada seluruh pegawai wilayah kerja Puskesmas Batur 1 Banjarnegara yang telah memberikan bantuan kepada peneliti dalam pelaksanaan kegiatan penelitian, terutama pada Bidan Desa Pedeslohore kecamatan Jatibarang.

DAFTAR PUSTAKA

- Atabik A., 2013. *Faktor Ibu yang Berhubungan dengan Praktik Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Pamotan*. Skripsi. Semarang: Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negri Semarang.
- .Desmawati. 2008. *Efektifitas Kombinasi Areola Massage dan Rolling Massage*

terhadap Pengeluaran ASI Secara Dini pada Ibu Nifas di Puskesmas Pamulang dan Cikupa Banten. Tesis. Depok. FIK. UI

Dinkes Provinsi Jawa Tengah, 2015.
Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. Website: www.dinkesjatengprov.go.id

Emy Suryani, Kh Endah Widhi Astuti. 2013. *Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum di BPM Wilayah Kabupaten Klaten.* Politeknik Nugraheni, *Metode Speos (Stimulasi Pijat Endorphin, Oksitosin Dan Sugestif)* 7 Kesehatan Surakarta.

Widayanti Wiwin. 2014. Efektivitas Metode “Speos” (Stimulasi Pijat Endorphin, Oksitosin dan Sugestif) terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas. UNDIP.

Aisiyah Nor, 2015 *Minyak Aromaterapi Lavender sebagai media peningkatan produksi ASI,* Stikes Muhammadiyah Kudus