



# Plagiarism Checker X Originality Report

**Similarity Found: 25%**

Date: Friday, June 23, 2023

Statistics: 912 words Plagiarized / 3589 Total words

Remarks: Medium Plagiarism Detected - Your Document needs Selective Improvement.

---

UPAYA PROMOSI KESEHATAN MELALUI PEMBERIAN KOMBINASI PIJAT OKSITOSIN DAN PIJAT MARMET TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU POSTPARTUM Meirna Eka Fitriasnani<sup>1</sup>, Dhita Kris Prasetyanti<sup>2</sup>, Nara Lintan Mega Puspita<sup>3</sup>, Fithri Rif'atul Himmah<sup>4</sup> 1-4 Universitas Kadiri, Jln. Selomangleng No.1 Kediri Email : meirna.eka@unik-kediri.ac.id ABSTRAK Pendahuluan : Air susu ibu dapat mencerdaskan dan meningkatkan kualitas generasi muda bangsa, setiap bayi yang diberi ASI akan mempunyai kekebalan alami terhadap penyakit karena ASI banyak mengandung antibodi, zat kekebalan aktif yang akan melawan masuknya infeksi ke dalam tubuh bayi.

Produksi ASI yang tidak adekuat menyebabkan tidak terpenuhinya kebutuhan bayi dan kegagalan pemberian ASI eksklusif. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh upaya promosi Kesehatan melalui pemberian kombiansi pijat oksitosin dan pijat marmet terhadap produksi ASI pada ibu postpartum. Metode : Rancangan penelitian menggunakan pre experimental dengan pendekatan one group pre test post test desain.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu postpartum di PMB Evita Dwi Retno pada bulan Maret 2023. Sampel ibu postpartum di PMB Evita Dwi Retno sebanyak 16 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Hasil : Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji wilcoxon signed rank diketahui bahwa besarnya nilai p 0,001 lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$  ( $0,002 < 0,05$ ) sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, artinya ada Pengaruh Pemberian Kombinasi Pijat Oksitosin dan Pijat Marmet terhadap Produksi ASI pada ibu postpartum di Kelurahan Ngujang Kabupaten Tulungagung. Diskusi : Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh upaya promosi Kesehatan melalui pemberian kombiansi pijat oksitosin dan pijat marmet terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di PMB Evita Dwi Retno Kelurahan Ngujang

Kabupaten Tulungagung.

Responden disarankan untuk memilih alternative peningkatan produksi ASI dengan menggunakan kombinasi pemberian pijat oksitosin dan pijat marmet. Kata Kunci : Pijat Oksitosin, Pijat Marmet, Promosi Kesehatan, Produksi ASI, Ibu Postpartum. ABSTRACT Introduction : Breast milk can educate and improve the quality of the nation's young generation, every baby who is breastfed will have natural immunity against disease because breast milk contains many antibodies, active immune substances that will fight infection into the baby's body.

Inadequate milk production causes the baby's needs to be unfulfilled and the failure of exclusive breastfeeding. The purpose of this study was to determine the effect of health promotion efforts through giving a combination of oxytocin massage and guinea pig massage on milk production in postpartum mothers. Methods: The research design used a pre-experimental approach with a one-group pre-test post-test design approach.

The population in this study were postpartum mothers at PMB Evita Dwi Retno in March 2023. The sample for postpartum mothers at PMB Evita Dwi Retno was 16 people. The sampling technique used purposive sampling. Results: Based on the results of statistical tests using the Wilcoxon signed rank test, it is known that the value of  $p < 0.001$  is smaller than the value of  $\alpha = 0.05$  ( $0.002 < 0.05$ ) so that  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted, meaning that there is an effect of giving a combination of oxytocin massage and massage Marmet on Breast Milk Production in postpartum mothers in Ngujang Village, Tulungagung Regency.

Discussion: It can be concluded that there is an influence of health promotion efforts through giving a combination of oxytocin massage and marmet massage on milk production in postpartum mothers at PMB Evita Dwi Retno, Ngujang Village, Tulungagung Regency. Respondents are advised to choose an alternative to increase milk production by using a combination of giving oxytocin massage and guinea pig massage.

Keywords: Oxytocin Massage, Marmet Massage, Health Promotion, Breast Milk Production, Postpartum Mothers

## PENDAHULUAN

Pembangunan nasional dilaksanakan pada segala bidang dan salah satu bidang yang tidak kalah pentingnya dari bidang lain adalah bidang kesehatan dimana tujuan dari pembangunan ini adalah mampu meningkatkan sumber daya manusia yang produktif sehingga bisa mewujudkan derajat Kesehatan masyarakat.

Program Pembangunan Berkelanjutan atau Sustainable Development Goals (SDGs), Indonesia memiliki 17 target SDGs yang ingin dicapai pada tahun 2030. Salah satu poinnya adalah menjamin akses pangan yang aman, bergizi, dan mencukupi bagi semua orang, menghentikan segala bentuk malnutrisi, penurunan stunting dan wasting pada balita dan mengatasi kebutuhan gizi (Kemenkes, 2020).

Permasalahan gizi di Indonesia merupakan hal yang perlu menjadi perhatian dan perlu diberikan penanganan lebih lanjut. Indonesia merupakan contoh negara yang menghadapi dinamika persoalan gizi buruk. Di Indonesia persentase anak balita yang berstatus gizi kurang dan gizi buruk di daerah perdesaan lebih tinggi dibandingkan daerah perkotaan (Riskesdas, 2018).

Proporsi bayi gizi buruk dan gizi kurang, terendah di Provinsi Kepulauan Riau (13%) dan tertinggi di Provinsi NTT (29,5%) atau tiga kali lipat dibandingkan yang terendah. United Nations Children's Fund (UNICEF) menyatakan bahwa ASI menyelamatkan jiwa bayi terutama di Negara-negara berkembang. Pemberian susu formula dengan menggunakan metode yang kurang higienis, tingkat ekonomi menengah ke bawah, sanitasi yang kurang baik, serta pengadaan air bersih yang sulit didapatkan disinyalir menjadi penyumbang resiko terbesar terhadap kondisi malnutrisi dan munculnya berbagai penyakit seperti diare (Dahniarti, 2017).

Berdasarkan data dari WHO terjadi peningkatan cakupan ASI eksklusif pada tahun 2020 yaitu sekitar 44% bayi usia 0-6 bulan di seluruh dunia yang mendapatkan ASI eksklusif selama periode 2015-2020 dari 50% target pemberian ASI eksklusif menurut WHO. Cakupan ASI eksklusif yang masih rendah bisa menurunkan kualitas hidup generasi penerus. Berdasarkan data dari WHO terdapat balita yang diperkirakan stunting sekitar 144 juta, kurus sebanyak 47 juta dan obesitas sebesar 38,3 juta (WHO, 2020).

ASI mengandung antibody alami dan zat kekebalan aktif yang dapat melindungi bayi dari infeksi yang masuk ke dalam tubuhnya. Saat ini sekitar 40 % kematian balita terjadi pada satu bulan pertama kehidupan bayi. Pemberian ASI eksklusif dapat menurunkan kematian bayi sebesar 28% pada bayi di bawah 28 hari sehingga bisa disimpulkan bahwa pemberian ASI eksklusif sejak dini mampu menurunkan angka kematian bayi (Endah & Masdinarsah, 2011).

Namun banyak kasus di lapangan yang menyatakan bahwa banyak kendala dalam pemberian ASI pada masa awal-awal kelahiran bayi. Pemberian ASI sejak dini apabila tidak dapat dilakukan oleh ibu akan menyebabkan proses menyusui tertunda, jika proses menyusui tertunda akan berdampak pada pengeluaran hormone prolaktin yang bertugas merangsang produksi ASI. Kurangnya pemberian ASI oleh ibu terhadap bayi menyebabkan masalah ketidakefektifan pemberian ASI.

Masalah ketidakefektifan pemberian ASI jika tidak ditangani akan menimbulkan permasalahan pada bayi seperti menurunnya daya tahan tubuh, perkembangan tubuh dan otak mengalami permasalahan, serta dapat mengakibatkan meningkatkan angka kematian bayi. Berbagai cara dilakukan untuk merangsang pengeluaran hormone prolactin dan oksitosin diantaranya adalah dengan melakukan perawatan payudara, pemijatan payudara dengan Teknik marmet, menyusui secara on demand dan melakukan pijat oksitosin (Mudyatiningsih & Lasri, 2018).

Teknik **marmet merupakan salah satu** teknik pemijatan pada payudara ibu menyusui yang merupakan gabungan antara teknik memerah dan memijat. Teknik **ini dilakukan dengan cara mengeluarkan ASI secara manual** sehingga diharapkan mampu membantu refleks pengeluaran susu. Teknik marmet ini memiliki beberapa keuntungan diantaranya **lebih praktis dan ekonomis karena** tidak membutuhkan modal hanya cukup mencuci tangan dan jari secara bersih sebelum memerah ASI. Selain itu dengan menggunakan teknik ini, **tekanan negatif dapat diatur** (Arfian, 2020).

Selain menggunakan teknik marmet solusi lain dalam upaya meningkatkan produksi ASI adalah dengan menggunakan pijat oksitosin. Pijatan ini **berfungsi meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan** ibu. Banyak cara untuk merangsang pengeluaran hormone oksitosin diantaranya melalui isapan mulut bayi dan melalui pijatan pada tulang belakang ibu.

Selain itu juga dilakukan perawatan payudara yang bertujuan untuk melancarkan peredaran darah **dan mencegah tersumbatnya aliran susu sehingga** ASI dapat keluar dengan lancar (Lisa & Ismayucha, 2018). Dengan adanya alternatif meningkatkan produksi ASI melalui **kombinasi pijat oksitosin dan pijat** marmet ini diharapkan maka akan semakin meningkat ibu postpartum yang menyusui bayinya sehingga cakupan ASI eksklusif pun semakin tinggi yang berdampak jangka panjang berkurangnya angka kematian bayi akibat gizi kurang/gizi buruk.

METODE PENELITIAN Rancangan **penelitian ini adalah pre eksperimen** yang bersifat one group pretest-posttest design. **Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pemberian kombinasi pijat oksitosin dan pijat marmet.** **Variabel terikat dalam penelitian ini adalah**

produksi ASI pada ibu postpartum. Instrumen penelitian berupa lembar observasi.

Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Proses pengolahan data terdiri atas, editing, coding, transferring, dan tabulating. Uji statistik untuk kedua variabel menggunakan uji Wilcoxon. HASIL PENELITIAN **Distribusi frekuensi responden berdasarkan** usia di PMB Evita Dwi Retno Kelurahan Ngujang Kabupaten Tulungagung dapat diinterpretasikan bahwa hampir seluruhnya (81,25%) responden berusia 20-35 tahun.

Distribusi **frekuensi responden berdasarkan pendidikan di PMB** Evita Dwi Retno Kelurahan Ngujang Kabupaten Tulungagung dapat diinterpretasikan bahwa hampir seluruhnya (81,25%) responden berpendidikan menengah.

Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan di PMB Evita Dwi Retno Kelurahan Ngujang Kabupaten Tulungagung dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengahnya (43,75%) responden adalah wiraswasta. Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pengaruh Pemberian Kombinasi Pijat Oksitosin dan Pijat Marmet terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum di PMB Evita Dwi Retno Kelurahan Ngujang Kabupaten Tulungagung Kombinasi pijat oksitosin dan pijat marmet \_Produksi ASI \_Total \_\_Lancar \_Kurang Lancar \_Tidak lancar  
\_ \_ \_F \_% \_F \_% \_F \_% \_F \_% \_\_Sebelum Sesudah \_2 11 \_12,5 68,75 \_2 3 \_12,5 18,75 \_12  
2 \_75 12,5 \_16 16 \_100 100 \_\_p value = 0,001 a= 0,05 \_ \_

Berdasarkan tabel 1 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden (75%) sebelum diberikan kombinasi pijat oksitosin dan pijat marmet produksi ASInya tidak lancar yaitu sebanyak 12 responden, sebagian kecil (12,5%) produksi ASInya kurang lancar dan lancar yaitu sebanyak 2 responden.

Sedangkan produksi ASI setelah diberikan perlakuan pijat oksitosin dan pijat marmet sebagian besar (68,75%) lancar yaitu sebanyak 11 responden, sebagian kecil (18,75%) kurang lancar yaitu sebanyak 3 responden dan sebagian kecil (12,5%) tidak lancar yaitu sebanyak 2 responden. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji wilcoxon signed rank diketahui bahwa besarnya nilai p 0,001 lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$  ( $0,002 < 0,05$ ) sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, artinya ada Pengaruh Pemberian Kombinasi Pijat Oksitosin dan Pijat Marmet terhadap Produksi ASI pada ibu postpartum di Kelurahan Ngujang Kabupaten Tulungagung.

PEMBAHASAN Identifikasi Produksi ASI Sebelum Pemberian Kombinasi Pijat Oksitosin dan Pijat Marmet pada Ibu Postpartum di Kelurahan Ngujang Kabupaten Tulungagung Berdasarkan hasil penelitian dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden (75%) sebelum diberikan kombinasi pijat oksitosin dan pijat marmet produksi ASInya tidak lancar sebagian kecil (12,5%) produksi ASInya kurang lancar dan lancar.

Banyak factor yang dapat berpengaruh dalam produksi ASI (Astuti, 2015) antara lain: Faktor bayi yaitu kurangnya usia gestasi bayi pada saat bayi dilahirkan akan mempengaruhi refleksi hisap bayi. Ketidakmampuan bayi untuk menghisap secara efektif karena kondisi Kesehatan tertentu antara lain akibat kelainan anatomi pada mulut dan rahang bayi, bibir sumbing, metabolisme atau pencernaan bayi, sehingga tidak dapat mencerna ASI, juga mempengaruhi produksi ASI, selain itu semakin sering bayi menyusui dapat memperlancar produksi ASI. Selain factor bayi factor lain yang berpengaruh dalam produksi ASI adalah factor ibu diantaranya kelainan endokrin dan kelainan jaringan payudara pada ibu.

Factor lain yang berpengaruh terhadap produksi ASI adalah usia ibu, ibu yang usianya lebih muda atau kurang dari 35 tahun lebih banyak memproduksi ASI dibandingkan dengan ibu yang usianya lebih tua, namun ibu dengan usia  $< 20$  tahun produksi ASInya juga kurang karena dilihat dari tingkat kedewasaannya. Hal ini tidak sesuai dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa hampir seluruhnya (81,25%) responden berusia 20-35 tahun.

Berarti faktor penyebab ketidklancaran produksi ASI pada penelitian ini bukan disebabkan oleh faktor usia responden. Factor lain yang berpengaruh terhadap produksi ASI adalah asupan nutrisi dan cairan pada ibu. Ibu yang menyusui membutuhkan

300-500 kalori tambahan selama masa menyusui. Faktor lain yang berpengaruh terhadap produksi ASI adalah faktor psikologis ibu dan kurangnya dukungan dan perhatian keluarga serta pasangan kepada ibu dapat mempengaruhi kurangnya produksi ASI. Pada ibu primipara mayoritas memiliki rasa kekhawatiran ASInya tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya.

Faktor sosial budaya juga berpengaruh terhadap produksi ASI diantaranya mitos-mitos yang berkembang di masyarakat tentang ASI dan gencarnya promosi susu formula melalui media social. Ibu bekerja serta kesibukan sosial juga mempengaruhi keberlangsungan pemberian ASI. Faktor lain yang berpengaruh terhadap produksi ASI adalah pekerjaan ibu.

Pada ibu bekerja waktu untuk menyusui anaknya semakin berkurang sehingga pemberian ASInya tidak bisa maksimal. Berdasarkan hasil penelitian dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengahnya (43,75%) responden adalah wiraswasta. Poedianto (2002) menyatakan bahwa ibu yang bekerja merupakan salah satu kendala yang menghambat pemberian ASI Eksklusif.

Selain faktor pekerjaan produksi ASI juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan ibu. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka akan semakin tinggi pula rasa keingintahuan ibu tentang perawatan diri dan bayinya termasuk tentang proses menyusui dan produksi ASI. Berdasarkan hasil penelitian dapat diinterpretasikan bahwa hampir seluruhnya (81,25%) responden berpendidikan menengah.

Hal ini mempengaruhi pengetahuan ibu dan rasa keingintahuan tentang proses menyusui dan cara peningkatan produksi ASI. Identifikasi Produksi ASI Sesudah Pemberian Kombinasi Pijat Oksitosin dan Pijat Marmet pada Ibu Postpartum di Kelurahan Ngujang Kabupaten Tulungagung Berdasarkan hasil penelitian dapat diinterpretasikan bahwa produksi ASI sesudah diberikan kombinasi pijat oksitosin dan pijat marmet sebagian besar (68,75%) lancar, sebagian kecil (18,75%) kurang lancar dan sebagian kecil (12,5%) tidak lancar. Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran.

Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Cara untuk merangsang pengeluaran hormon oksitosin diantaranya adalah melalui isapan mulut bayi dan melalui pijatan pada tulang belakang ibu. Melalui pijatan tulang belakang ibu, ibu akan merasa rileks, dan mampu menyusui bayinya dengan tenang sehingga hormon oksitosin akan mudah keluar (Naziroh, 2019).

Oksitosin merupakan hormon yang dikeluarkan oleh lobus posterior pituitary yang

bertanggung jawab terhadap kontraksi uterus dan pengeluaran ASI (Wijayanti, 2014). Oksitosin dapat dirangsang pengeluarannya dengan berbagai cara baik melalui oral, intranasal, intra-muscular, maupun dengan pemijatan. Dalam *European Journal of Neuroscience*, menyatakan bahwa perawatan pemijatan berulang bisa meningkatkan produksi hormon oksitosin.

Efek dari pijat oksitosin itu sendiri bisa dilihat reaksinya setelah 6-12 jam pemijatan. Pijat oksitosin merupakan tindakan pemijatan yang dilakukan pada nervus ke 5-6 sampai scapula yang dapat meningkatkan kerja saraf parasimpatis untuk menyampaikan perintah ke otak bagian belakang. Dengan penyampaian perintah tersebut maka oksitosin akan keluar (Khairani, 2012).

Pijat oksitosin dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks let down dan bisa dilakukan dengan bantuan keluarga terlebih suami. Pijat oksitosin ini memiliki beberapa keuntungan diantaranya dapat mempengaruhi system saraf perifer, meningkatkan rangsangan dan konduksi impuls saraf, melemahkan dan menghentikan rasa sakit serta meningkatkan aliran darah ke jaringan dan organ serta membuat otot menjadi fleksibel sehingga merasa nyaman dan rileks, menurunkan stress pada ibu karena ibu merasa rileks, mengurangi bengkak dan meningkatkan kenyamanan pada ibu (Saragih, 2015).

Pijat oksitosin ini bisa diterapkan segera setelah ibu melahirkan selama 2-3 menit dan efek dari pemijatan ini bisa terasa setelah 6-12 jam setelah pemijatan. Pijat oksitosin ini mudah dilakukan tanpa membutuhkan alat tertentu sehingga bisa dilakukan oleh tenaga kesehatan, suami maupun keluarga. Pijat marmet merupakan pemijatan yang dilakukan dengan cara memijat payudara dan memerah ASI.

Tujuan dari pijat marmet ini adalah merangsang pengeluaran hormone prolaktin dengan cara mengosongkan ASI yang terletak pada sinus laktiferus yang berada di bawah aerola. Dengan adanya pengeluaran hormone oksitosin akan merangsang mammary alveoli untuk memproduksi ASI sehingga semakin sering payudara dikosongkan maka akan semakin banyak produksi ASInya (Widiastuti, Arifah, & Rahmawati, 2015). Teknik marmet merupakan teknik pemijatan yang merangsang pengeluaran hormon prolaktin dan oksitosin.

Pemijatan dan pengosongan payudara ini akan merangsang hormone prolactin untuk memproduksi ASI dan hormone oksiton untuk berkontraksi mengeluarkan ASI. Sedangkan masase payudara hanya mengeluarkan ASI yang sudah tersimpan di sinus payudara ibu sehingga sangat efektif apabila untuk memperlancar ASI dilakukan pemberian masase disertai dengan proses pengosongan ASI pada payudara untuk

merangsang kedua hormon yang bekerja dalam proses menyusui (Widiastuti, Arifah, & Rahmawati, 2015).

Teknik pijat marmet ini bertujuan untuk merangsang pengeluaran prolactin dengan cara mengosongkan ASI pada daerah sinus laktiferus. Dengan pengeluaran hormone prolaktin ini akan merangsang mammary alveoli untuk memproduksi ASI (Lelly, 2017). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Saras, 2019) yang menunjukkan bahwa pemberian teknik marmet dan pijat oksitosin terbukti efektif dalam produksi ASI ibu post partum di Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang dengan nilai p value 0,000.

Pijat oksitosin dan pijat marmet ini merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidakcukupan ASI Menurut (Biancuzzo, dkk, 2003, 69). Pengaruh Upaya Promosi Kesehatan melalui Pemberian Kombinasi Pijat Oksitosin dan Pijat Marmet Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum di Kelurahan Ngujang Kabupaten Tulungagung Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji wilcoxon signed rank diketahui bahwa besarnya nilai p 0,001 lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$  ( $0,002 < 0,05$ ) sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, artinya ada Pengaruh Pemberian Kombinasi Pijat Oksitosin dan Pijat Marmet terhadap Produksi ASI pada ibu postpartum di Kelurahan Ngujang Kabupaten Tulungagung.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Selistyaningtyas (2021) yang menyatakan bahwa terdapat peningkatan produksi ASI pada ibu post partum setelah diberikan kombinasi pijat marmet dan oksitosin yang dilakukan selama 3 hari. Penelitian lain menyatakan bahwa hasil bivariat menggunakan independent T-test didapatkan p value ( $0,007 < \alpha$  ( $0,05$ )) yang artinya ada pengaruh yang bermakna antara produksi ASI ibu postpartum kelompok intervensi dengan produksi ASI ibu postpartum kelompok kontrol dengan rata-rata produksi ASI dari 15 responden kelompok intervensi sebesar 1,113cc sedangkan 15 responden kelompok kontrol sebesar 0,547cc (Darmasari, 2019).

Kombinasi pijat oksitosin dan pijat marmet merupakan kombinasi yang diyakini dapat memberikan hasil yang baik pada pengeluaran ASI pada ibu post partum. Hormon yang berperan dalam proses produksi ASI adalah hormon estrogen dan progesteron yang membantu pematangan alveoli dan hormon prolaktin yang berfungsi untuk produksi ASI.

Hal ini dikarenakan teknik marmet bertujuan untuk mengosongkan ASI dan sinus laktiferus yang terletak di bawah aerola sehingga akan mengantarkan impuls ke hipotalamus di hipofisis anterior untuk merangsang keluarnya hormon prolaktin dan

kemudian merangsang sel-sel alveoli untuk memproduksi ASI. Pijat oksitosin bertujuan untuk merangsang hipotalamus di hipofisis posterior dan hipofisis anterior, sehingga melepaskan hormon prolaktin untuk memproduksi ASI dan hormon oksitosin untuk merangsang sel alveoli dan sel micipitel untuk mengeluarkan ASI (Darmasari, Putri, & Rahmadaniah, 2019).

Menurut peneliti kelancaran produksi ASI disebabkan oleh beberapa faktor.

Keengganan ibu untuk menyusui kekhawatiran ibu mengenai perubahan payudara setelah menyusui, rasa sakit saat menyusui, kelelahan saat menyusui, dan merasa ASI nya tidak cukup mengakibatkan penurunan produksi ASI. Pijat oksitosin merupakan adalah pemijatan yang dilakukan pada tulang belakang sampai tulang costae ke 5-6.

(Yohmi & Roesli, 2009, 86). Pijatan ini bertujuan untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat membuat ibu menjadi rileks sehingga ASI pun otomatis keluar. Dengan pijatan di daerah tulang belakang ini juga akan merelaksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan begitu hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran air susu ibu, dibantu dengan isapan bayi pada puting susu pada saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal, Kolostrum yang menetes atau keluar merupakan tanda aktifnya reflex oksitosin (Perinasia, 2007, 76). Kombinasi teknik marmet dan pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI.

Pijat oksitosin bisa dilakukan kapanpun ibu mau dengan durasi 3-5 menit, lebih disarankan dilakukan sebelum menyusui. Sehingga untuk mendapatkan jumlah ASI yang optimal dan baik, sebaiknya pijat oksitosin dilakukan setiap hari dengan durasi 3-5 menit (Eko, 2011, 28). SIMPULAN DAN SARAN Simpulan Adanya pengaruh upaya promosi kesehatan melalui pemberian kombinasi pijat oksitosin dan pijat marmet terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di PMB Evita Dwi Retno Kelurahan Ngujang Kabupaten Tulungagung.

Saran Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan oleh responden sebagai referensi dalam upaya meningkatkan produksi ASI. Selain itu hasil penelitian ini juga dapat menambah wawasan dan pengetahuan bidan serta kader dalam memberikan informasi atau penyuluhan tentang alternatif upaya nonfarmakologi dalam peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum. DAFTAR PUSTAKA Astuti, Sri, dkk. 2015. Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Bandung: Erlangga.

Dahniarti. (2017). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum di Puskesmas WOHA Bima Tahun 2017, 1-14. Darmasari, Sagita, dkk. 2019. Effectiveness of The Combination of Marmet Technique and Oxytocin Massage Against The Breast Milk Production of Mother Postpartum. Jurnal Kedokteran Kesehatan Universitas

Sriwijaya, 6(3), pp 110-114 Endah, Siti Nur, & Masdinarsah, Imas. 2011.

Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Post Partum Di Ruang Kebidanan Rumah Sakit Muhammadiyah Bandung. Skripsi: Stikes Jenderal A. Yani Cimahi. Kemenkes RI. 2020. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI. Khairani, L., Komariah, M., & Mardiah, W. 2012. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Involusi Uterus Pada Ibu Post Partum Di Ruang Post Partum Kelas III RSHS Bandung. Skripsi: Universitas Padjadjaran.

Kristiani, D., Latifah, L. 2013. Pengaruh Teknik Relaksasi Autogenik Terhadap Skala Nyeri pada Ibu Post Operasi Sectio Caesarea (SC) di RSUD Banyumas. Skripsi: Universitas Jenderal Soedirman Kurniatika, R. 2014. Peningkatan Berat Badan Bayi Baru Lahir yang mendapatkan ASI Eksklusif Setelah 1 bulan di Klinik Lolly Medan. Skripsi: Universitas Sumatera Utara.s Lelly, A. V.

(2017). Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Produksi ASI, 2-3. Lisa, & Ismayucha. (2018). Efektifitas Kombinasi Pijat Oksitosin dan Breast Care Terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Post Partum Normal, 47. Mardiyarningsih, dkk. (2011). Efektivitas Kombinasi Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI Ibu Post Sectio di Rumah Sakit Wilayah Jawa Tengah.

Jurnal Keperawatan Soedirman, 6 (1), pp 31-38. Maryunani, A. 2012. Inisiasi Menyusui Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi. Jakarta: Trans Info Media. Mudyatiningsih, S., & Lasri. (2018). Hubungan Pengetahuan Tentang Manajemen Laktasi Dengan Sikap Ibu Post Partum Dalam Proses Menyusui Di Ruang Bersalin Rs Panti Waluya Malang, 2. Naziroh, Umy, dkk.

2019. Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Primipara. Hospital Majapahit, 11(1), pp 17-23. Pollard, M. 2015. ASI Asuhan Berbasis Bukti. Jakarta: EGC Rahmawati, A., & Widyasih, H. (2009). Perawatan Masa Nifas, 28. Saragih, Ice Septriani. 2015. Dukungan Keluarga dalam Pelaksanaan Pijat Oksitosin untuk Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Nifas di wilayah kerja Puskesmas Medan Johor.

Skripsi: Universitas Sumatera Utara. Sari, Eka Puspita, & Riamandini, Kurnia Dwi. 2014. Asuhan Kebidanan Masa Nifas (Postnatal Care). Jakarta: Trans Info Medika. Selistyaningtyas, dkk. (2021). Pemberian Pijat Marmet dan Oksitosin untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Asuhan Keperawatan Ibu Post Partum dengan Sectio Caesaria. Jurnal Ners Muda, 2(1), pp 61-68. Wijayanti, Lilis. 2014. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta.

Skripsi: STIKES Aisyiyah. Wiji, Rizki Natia. 2014. ASI dan Panduan Ibu Menyusui. Yogyakarta: Nuha Medika. Yiyin. 2018. Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum di RSIA Aisyiyah Samarinda. Skripsi : Poltekkes Kalimantan Timur.



## INTERNET SOURCES:

---

<1% - <https://ejournal.unib.ac.id/JurnalVokasiKeperawatan/article/view/24144>  
<1% -  
<http://spmi.unik-kediri.ac.id/wp-content/uploads/2021/12/SNA.03.02-SOP-Monitoring-dan-Evaluasi-Capaian-Kinerja.pdf>  
1% -  
<http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=919185&val=13960&title=DETERMINATION%20OF%20ADEQUACY%20BREAST%20MILK%20PRODUCTION>  
<1% - <https://journal.fkm.ui.ac.id/index.php/kesmas/article/download/691/458>  
<1% - <https://ejournal.bbg.ac.id/ghsj/article/view/1706>  
<1% - <https://repository.unair.ac.id/106188/11/7.%20BAB%204%20.pdf>  
<1% -  
[http://eprints.undip.ac.id/50880/5/Yuniar\\_Safitri\\_22010112110030\\_Lap.KTI\\_Bab3.pdf](http://eprints.undip.ac.id/50880/5/Yuniar_Safitri_22010112110030_Lap.KTI_Bab3.pdf)  
<1% - <https://www.sampoernauniversity.ac.id/id/teknik-pengambilan-sampel/>  
<1% - <https://www.statistikian.com/2014/05/wilcoxon-table.html>  
<1% -  
<http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/10153/8.BAB%20V.pdf?sequence=9>  
<1% - <https://journal.ugm.ac.id/bkm/article/view/45199>  
<1% -  
<http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1042639&val=15701&title=PENERAPAN%20TERAPI%20PIJAT%20OKSITOSIN%20TERHADAP%20PENGELUARAN%20ASI%20PADA%20IBU%20POSTPARTUM%20DI%20RSUD%20TUGUREJO%20SEMARANG>  
<1% - <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4615880/>  
<1% - <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10312913/>  
<1% - [http://repository.upi.edu/32757/6/S\\_PAUD\\_1305582\\_Chapter3.pdf](http://repository.upi.edu/32757/6/S_PAUD_1305582_Chapter3.pdf)  
<1% - <https://e-journal.unair.ac.id/PMNJ/article/download/21793/pdf>  
<1% - [https://en.wikipedia.org/wiki/Wilcoxon\\_signed-rank\\_test](https://en.wikipedia.org/wiki/Wilcoxon_signed-rank_test)  
<1% -  
[https://www.academia.edu/82336077/The\\_Relationship\\_Between\\_Breast\\_Care\\_Implementation\\_and\\_Post\\_Partum\\_Mothers\\_Milk\\_Production\\_at\\_PMB\\_Veronika\\_Sinaga\\_Batam\\_City](https://www.academia.edu/82336077/The_Relationship_Between_Breast_Care_Implementation_and_Post_Partum_Mothers_Milk_Production_at_PMB_Veronika_Sinaga_Batam_City)  
<1% - <http://mcrhjournal.or.id/index.php/jmcrh/article/view/155>  
<1% - <https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jkk/article/view/9435>  
<1% - <https://sdgs-kesehatan.kemkes.go.id/>  
<1% - <https://fkm.umj.ac.id/covid-19-dan-keamanan-pangan-di-indonesia/>  
<1% - <https://fateta.ipb.ac.id/2013/02/26/penanganan-masalah-gizi-di-indonesia/>

<1% - <https://www.unicef.org/indonesia/id/laporan/aksi-bergizi>  
<1% -  
<https://www.unicef.org/indonesia/media/2851/file/Child-Marriage-Report-2020.pdf>  
<1% -  
<https://www.popmama.com/pregnancy/birth/bella-lesmana/jenis-antibodi-yang-terdapat-di-kandungan-asi-untuk-melawan-infeksi>  
<1% -  
<https://kemkes.go.id/article/view/17081000005/menyusui-dapat-menurunkan-angka-ke-matian-bayi.html>  
<1% - <https://repository.unair.ac.id/74837/>  
<1% - <https://journal.umpalopo.ac.id/index.php/VoM/article/download/20/16>  
<1% -  
<https://media.neliti.com/media/publications/105182-ID-efektifitas-kombinasi-teknik-marmet-dan.pdf>  
<1% -  
<https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jurkeb/article/download/3741/923>  
<1% - <https://jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/download/202/39>  
<1% - <http://ejournal.unwmataram.ac.id/jikf/article/download/576/300/>  
<1% -  
[https://www.researchgate.net/publication/366562200\\_EFEKTIFITAS\\_PIJAT\\_PUNGGUNG\\_PIJAT\\_OKSITOSIN\\_DAN\\_KOMBINASI\\_TERHADAP\\_PRODUKSI\\_ASI\\_PADA\\_IBU\\_DENGAN\\_SECTION\\_CAESAREA](https://www.researchgate.net/publication/366562200_EFEKTIFITAS_PIJAT_PUNGGUNG_PIJAT_OKSITOSIN_DAN_KOMBINASI_TERHADAP_PRODUKSI_ASI_PADA_IBU_DENGAN_SECTION_CAESAREA)  
<1% - <https://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/2627/7/BAB%20III.pdf>  
1% -  
<http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1351338&val=426&title=PERBEDAAN%20ANTARA%20DILAKUKAN%20PIJATAN%20OKSITOSIN%20DAN%20TIDAK%20DILAKUKAN%20PIJATAN%20OKSITOSIN%20TERHADAP%20PRODUKSI%20ASI%20PADA%20IBU%20NIFAS%20DI%20WILAYAH%20KERJA%20PUSKESMAS%20AMBARAWA>  
<1% -  
<https://academicjournal.yarsi.ac.id/index.php/jurnal-fk-yarsi/article/download/414/ARTICLE>  
<1% - <http://eprints.ums.ac.id/59985/13/BAB%20IV.pdf>  
<1% - <http://repository.itsk-soepraoen.ac.id/779/5/BAB%20IV.pdf>  
<1% - <http://repository.pkr.ac.id/7/5/17.BAB%20V.pdf>  
<1% -  
[https://www.researchgate.net/publication/309470561\\_EFEKTIVITAS\\_PIJAT\\_OKSITOSIN\\_TERHADAP\\_PRODUKSI\\_ASI](https://www.researchgate.net/publication/309470561_EFEKTIVITAS_PIJAT_OKSITOSIN_TERHADAP_PRODUKSI_ASI)  
<1% - <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/maj/article/download/8884/5810>  
<1% -  
[http://perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id/assets/file/kti/1602420005/7.\\_BAB\\_2\\_.pdf](http://perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id/assets/file/kti/1602420005/7._BAB_2_.pdf)

<1% - <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7488/3/BAB%202.pdf>  
<1% -  
<http://eprints.umsida.ac.id/352/1/Artikel%20 pijat%20punggung%20thd%20produksi%20ASI%20%202017.pdf>  
<1% -  
<https://sumberpustakaku.blogspot.com/2015/02/16-faktor-yang-mempengaruhi-produksi-asi.html>  
<1% -  
<https://123dok.com/article/faktor-yang-mempengaruhi-produksi-asi-konsep-menyusui-zw9kx8ly>  
<1% - <https://journal.upp.ac.id/index.php/jmn/article/view/1306>  
<1% - <http://scholar.unand.ac.id/22607/2/BAB%20I.pdf>  
<1% - <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/epj/article/download/2658/2447>  
<1% - <https://prosiding.uhb.ac.id/index.php/SNPPKM/article/view/990>  
1% - <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/3343426>  
<1% - <https://id.scribd.com/document/343581723/makalah-pijat-okситосин>  
1% - <http://www.forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/download/sf7102/3>  
<1% -  
<http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1640542&val=14332&title=Pijat%20Oksitosin%20Dengan%20Minyak%20Lavender%20Terhadap%20Involusi%20Uterus%20Ibu%20Post%20Partum>  
<1% -  
[http://repository2.unw.ac.id/1446/1/S1\\_152191072\\_ARTIKEL%20-%20onni%20candra%20Osaputri.pdf](http://repository2.unw.ac.id/1446/1/S1_152191072_ARTIKEL%20-%20onni%20candra%20Osaputri.pdf)  
<1% - <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7804/2/BAB%20II.pdf>  
<1% - <https://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/2590/6/BAB%20II.pdf>  
<1% - <http://ojs.poltekkes-medan.ac.id/panmed/article/download/122/107>  
<1% -  
<https://media.neliti.com/media/publications/39924-ID-pengaruh-teknik-marmet-terhadap-kelancaran-air-susu-ibu-dan-kenaikan-berat-badan.pdf>  
<1% -  
<http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2806338&val=24913&title=PENDIDIKAN%20KESEHATAN%20TENTANG%20TEKNIK%20MEMERAH%20DAN%20TEKNIK%20PIJATAN%20OKSITOSIN%20PADA%20IBU%20HAMIL%20TRIMESTER%20III%20DI%20WILAYAH%20KERJA%20PUSKESMAS%20SIDOMULYO%20RAWAT%20INAP%20KE%20LURAHAN%20SIDOMULYO%20BARAT%20KECAMATAN%20TAMPAN%20KOTA%20PEKANBARU>  
<1% - [http://repository.upi.edu/52421/4/S\\_PEA\\_1600134\\_CHAPTER%203.pdf](http://repository.upi.edu/52421/4/S_PEA_1600134_CHAPTER%203.pdf)  
<1% -  
<http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/download/605/>

603

<1% - <https://ejournal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKEP/article/download/1325/941>

<1% -

[https://lms-paralel.esaunggul.ac.id/pluginfile.php?file=%2F95297%2Fmod\\_resource%2Fcontent%2F1%2FModul11%20MIK411%20Uji%20Wilcoxon.pdf](https://lms-paralel.esaunggul.ac.id/pluginfile.php?file=%2F95297%2Fmod_resource%2Fcontent%2F1%2FModul11%20MIK411%20Uji%20Wilcoxon.pdf)

<1% - <http://eprints.ums.ac.id/98168/1/Naskah%20Publikasi.pdf>

1% - <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/nersmuda/article/download/6228/pdf>

1% - <https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jkk/article/viewFile/9435/4973>

<1% -

[https://www.researchgate.net/publication/329119773\\_PENINGKATAN\\_PENGELUARAN\\_ASI\\_DENGAN\\_KOMBINASI\\_PIJAT\\_OKSITOSIN\\_DAN\\_TEKNIK\\_MARMET\\_PADA\\_IBU\\_POST\\_PARTUM\\_LITERATUR\\_REVIEW](https://www.researchgate.net/publication/329119773_PENINGKATAN_PENGELUARAN_ASI_DENGAN_KOMBINASI_PIJAT_OKSITOSIN_DAN_TEKNIK_MARMET_PADA_IBU_POST_PARTUM_LITERATUR_REVIEW)

<1% -

<https://www.alodokter.com/ini-fungsi-hormon-estrogen-dan-progesteron-pada-wanita-dan-pria>

<1% -

[https://www.researchgate.net/publication/345905367\\_Kombinasi\\_Message\\_Nape\\_dan\\_Teknik\\_Marmet\\_terhadap\\_Percepatan\\_Pengeluaran\\_ASI\\_pada\\_Ibu\\_Post\\_Partum](https://www.researchgate.net/publication/345905367_Kombinasi_Message_Nape_dan_Teknik_Marmet_terhadap_Percepatan_Pengeluaran_ASI_pada_Ibu_Post_Partum)

<1% - <http://repository.unimus.ac.id/857/3/BAB%202.pdf>

<1% -

[http://repository.bku.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/1663/ICA%20PURNAMA\\_SARI%20AK115070%20%282019%29-1-71.pdf](http://repository.bku.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/1663/ICA%20PURNAMA_SARI%20AK115070%20%282019%29-1-71.pdf)

<1% - <https://repository.unair.ac.id/62680/1/1852-3860-1-SM.pdf>

<1% -

<https://nikmahhidayat.blogspot.com/2014/09/bab-i-proposal-pijat-asi-div-kebidanan.html>

<1% - <https://jurnal.umt.ac.id/index.php/imj/article/download/3910/2105>

<1% -

<http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2930102&val=25885&title=PENGARUH%20OKSITOSIN%20MASSAGE%20TERHADAP%20PRODUKSI%20ASI%20PADA%20IBU%20NIFAS%20Di%20Desa%20Kepanjen%20Kecamatan%20Pace%20Kabupaten%20Nganjuk>

1% - [https://www.academia.edu/8362770/PIJAT\\_OKSITOSIN\\_j](https://www.academia.edu/8362770/PIJAT_OKSITOSIN_j)

<1% -

<http://repo.poltekkes-medan.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/2320/document%2834%29.pdf?sequence=1>

<1% -

<https://repository.poltekkes-smg.ac.id/repository/Artikel%20Publikasi%20P1337424715007.pdf>

<1% -

[https://elibrary.unikom.ac.id/id/eprint/4934/11/UNIKOM\\_RIVAL%20REY%20PANGKAN\\_16.%20BAB%20V.pdf](https://elibrary.unikom.ac.id/id/eprint/4934/11/UNIKOM_RIVAL%20REY%20PANGKAN_16.%20BAB%20V.pdf)

<1% - [http://eprints.ums.ac.id/20383/2/04.\\_BAB\\_I.pdf](http://eprints.ums.ac.id/20383/2/04._BAB_I.pdf)

<1% - <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/8988/8/Daftar%20Pustaka.pdf>

<1% - <https://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JIME/article/view/323>

1% -

<https://research.amanote.com/publication/9ZP513MBKQvf0Bhi4AqD/effectiveness-of-the-combination-of-marmet-technique-and-oxytocin-massage-against-the>

<1% - <http://u.lipi.go.id/1504128980>

<1% - <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/731>

<1% -

<https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-in-donesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf>

<1% -

<https://id.scribd.com/document/440411034/Analisis-Jurnal-PICO-Pengaruh-Pijat-Oksitosin-Terhadap-Involusi-Uterus-Pada-Ibu-Post-Partum-Di-Ruang-Post-Partum-Kelas-III-Rs-Hs-Bandung>

1% -

[https://www.researchgate.net/publication/350644869\\_Pengaruh\\_pemberian\\_teknik\\_relaksasi\\_genggam\\_jari\\_terhadap\\_persepsi\\_nyeri\\_pada\\_pasien\\_post\\_operasi\\_fraktur](https://www.researchgate.net/publication/350644869_Pengaruh_pemberian_teknik_relaksasi_genggam_jari_terhadap_persepsi_nyeri_pada_pasien_post_operasi_fraktur)

<1% - [http://repository.unsoed.ac.id/4534/9/DaftarPustaka\\_1.pdf](http://repository.unsoed.ac.id/4534/9/DaftarPustaka_1.pdf)

<1% - <https://helohehat.com/parenting/bayi/bayi-1-tahun-pertama/pertumbuhan-bayi/>

<1% -

<http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1110374&val=16733&title=PENGARUH%20TEKNIK%20MARMET%20TERHADAP%20KELANCARAN%20PRODUKSI%20ASI>

<1% - <http://journal.uwhs.ac.id/index.php/jners/article/download/479/477>

<1% - <https://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/321>

<1% - <https://onsearch.id/Record/IOS2726.slims-41940>

<1% - <https://onsearch.id/Record/IOS6935.article-482>

<1% - <https://jnc.stikesmaharani.ac.id/index.php/JNC/article/view/120>

<1% - [http://repository.upi.edu/50248/8/TA\\_JKR\\_1705019\\_Title.pdf](http://repository.upi.edu/50248/8/TA_JKR_1705019_Title.pdf)

<1% - <http://digilib.unisayogya.ac.id/1076/>

<1% - <https://prosiding.respati.ac.id/index.php/PSN/article/view/210>