

Pengaruh Pijat Oksitosin pada Ibu Nifas untuk Meningkatkan Produksi ASI

Vina Sutratul Putri^{1*}, Riona Sanjaya², Komalasari³, Inggit Primadevi⁴

^{1,2,3,4} Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan,
Universitas Aisyah Pringsewu, Indonesia

Jl. A Yani No. 1 A Tambak Rejo, Wonodadi, Pringsewu,
Kabupaten Pringsewu, Lampung

Email : vinaputri250599@gmail.com rionasanjaya@aisyahuniversity.ac.id

Abstract The smooth production of breast milk is a major factor in the success of exclusive breastfeeding. According to an Indonesian survey, 38% of moms quit nursing because their breast milk production was insufficient. The fifth to sixth costae bones are massaged along the vertebrae of the spine during an oxytocin massage. The purpose of oxytocin massage is to keep the mother comfortable, promote the release of the hormone oxytocin, and sustain the production of breast milk. This research objective was to determine the effect of oxytocin massage on breast milk production in postpartum mothers at the Jadimulyo Village Health Post. The research type is quantitative with a quasi-experimental design with a nonequivalent control group design. The population of this study were postpartum mothers at the Jadimulyo Village Health Post whose breast milk production was low in August. The sample consisted of 20 people with details of 10 people in the experimental group and 10 people in the control group. The sampling technique was consecutive sampling. This study was conducted at the Jadimulyo Village Health Post of Sekampung Sub-District East Lampung. The experimental group was given oxytocin massage for five days in the morning and evening. While the control group was given breast care. Data collection used observation sheets, and analysis used the Man Whitney test. The study results showed that there was an effect of oxytocin massage on postpartum mothers to increase breast milk production at the Jadimulyo Village Health Post of Sekampung Sub-District, East Lampung in 2024 with a p -value = 0.000. Suggestions for health workers to socialize the oxytocin massage technique. So, mothers and families can apply it at home.

Keywords : Postpartum, Oxytocin Massage for Breast Milk Production, ASI

Abstrak Keberhasilan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif sangat ditentukan dengan kelancaran produksi ASI. Survei di Indonesia melaporkan bahwa 38% ibu berhenti memberikan ASI karena kurangnya produksi ASI. Pijat Oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima-keenam. Pijat oksitosin yang berfungsi untuk memberikan kenyamanan pada ibu, merangsang pengeluaran hormon oksitosin, dan mempertahankan produksi ASI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Poskesdes Desa Jadimulyo. Jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan *quasi eksperimen* dengan desain *nonequivalent control group design*. Populasi Penelitian ini adalah ibu nifas di Poskesdes Desa Jadimulyo yang produksi ASInya sedikit pada bulan Agustus. Sampel berjumlah 20 orang dengan rincian 10 orang kelompok eksperimen dan 10 orang kelompok kontrol. Teknik sampling secara *consecutive sampling*. Penelitian ini dilakukan di Poskesdes Desa Jadimulyo Kec. Sekampung Lampung Timur. Kelompok eksperimen diberikan pijat oksitosin selama lima hari pada pagi dan sore. Sementara kelompok kontrol diberikan *breast care*. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi, dan analisis menggunakan uji *Man Whitney*. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh pijat oksitosin pada ibu nifas untuk meningkatkan produksi ASI di Poskesdes Desa Jadimulyo, Kec. Sekampung Lampung Timur Tahun 2024 dengan p -value = 0,000. Saran bagi tenaga kesehatan untuk mensosialisasikan teknik pijat oksitosin, agar ibu dan keluarga dapat menerapkan dirumah.

Kata Kunci : Nifas, Pijat Oksitosin Produksi ASI, ASI

1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik untuk bayi yang baru lahir dan merupakan satu – satunya makanan sehat yang diperlukan bayi pada awal – awal kehidupannya. Namun hal itu tidak semua ibu dapat memberikan ASI eksklusif pada bayinya.

ASI Eksklusif adalah air susu ibu yang diberikan pada bayi dari awal dilahirkan selama 6 bulan tanpa tambahan atau menggantikan dengan makanan dan minuman lain, kecuali obat, mineral, vitamin (Rahmatia *et al.*, 2022).

Berdasarkan data *Indonesia's Nutrition Monitor* 2021 bertepatan dengan Pekan ASI Sedunia (*World Breast feeding Week*), menunjukkan bahwa persentasi ibu yang memberikan ASI eksklusif pada bayinya selama enam bulan pertama masih sangat rendah yaitu 35,7%, artinya sekitar 64,3 % bayi tidak mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama dalam kehidupannya. Angka tersebut masih sangat jauh dari target 50% pemberian ASI eksklusif yang telah ditetapkan oleh *World Health Organization* (WHO) (Feriyal, 2022).

Cakupan ASI eksklusif bayi usia 0-6 bulan di Indonesia pada 2023 tercatat sebesar 73,97 % (SKI, 2023). Sedangkan menurut data profil kesehatan Provinsi Lampung persentase pemberian ASI eksklusif di Provinsi Lampung tahun 2022 sebanyak 75,37 %, dan di Kabupaten Lampung Timur sebanyak 78,6 % (Profil Kesehatan Provinsi Lampung, 2022). Angka tersebut masih belum mencapai target cakupan ASI eksklusif di Indonesia yaitu 80% dan tentunya menjadi salah satu penyebab masalah gizi pada anak.

Keberhasilan pemberian ASI Eksklusif sangat ditentukan dengan kelancaran produksi ASI (Mariyami & Sanjaya, 2022). Kelancaran produksi ASI berperan penting dalam keberhasilan ASI eksklusif, yang memastikan bayi mendapatkan nutrisi optimal untuk pertumbuhan dan perkembangan. Kurangnya ASI eksklusif dapat meningkatkan risiko stunting akibat defisiensi gizi pada periode emas pertumbuhan bayi (Komalasari dkk, 2020).

Survei di Indonesia melaporkan bahwa 38% ibu berhenti memberikan ASI karena kurangnya produksi ASI. Air susu ibu yang tidak lancar menjadikan ibu merasa cemas dan menghindar untuk menyusui dan berdampak pada kurangnya isapan bayi, hal tersebut mempengaruhi penurunan produksi dan kinerja hormon oksitosin dan prolaktin sehingga produksi ASI semakin menurun, bahkan menyebabkan pembendungan dan statis ASI, sehingga ibu mengambil langkah berhenti menyusui dan mengganti dengan susu formula. Menyusui dapat berperan dalam menurunkan angka kematian anak. Hal tersebut diperkuat oleh WHO yang menetapkan *the international code of marketing of breastmilk substitutes* mengenai larangan pemasaran susu formula kepala petugas kesehatan, karena pemasaran susu formula bayi 0-6 merupakan pelanggaran kode etik, dan bayi diharuskan mendapat ASI selama 6 bulan pertama dilanjutkan hingga umur 2 tahun serta didampingi oleh makanan pendamping ASI (Doko *et al.*, 2019).

Kelancaran produksi ASI di pengaruhi oleh beberapa faktor seperti frekuensi pemberian ASI, berat bayi saat lahir, usia kehamilan saat bayi lahir, usia ibu dan paritas, stres

dan penyakit akut, inisiasi menyusui dini (IMD), perokok, konsumsi alkohol, perawatan payudara, penggunaan alat kontrasepsi dan status gizi. Selain beberapa faktor di atas hormon oksitosin juga mempengaruhi terhadap produksi ASI. Salah satu cara untuk merangsang hormon oksitosin adalah dengan melakukan pijat oksitosi (Riffa Ismanti & Fifi Musfirowati, 2021).

Pijat Oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima-keenam (Hidayah & Dian Anggraini, 2023). Pijat oksitosin yang berfungsi untuk refleksi *let down* dan memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak pada payudara (*engorgement*), mengurangi sumbatan Air Susu Ibu (ASI), merangsang pengeluaran hormon oksitosin, dan mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Saputri *et al.*, 2019). Pijat Oksitosin merangsang *saraf parasimpatis* serta dapat menghasilkan rasa rileks dari *hipofisis posterior* dan menghasilkan *endorphin* dari *hipofisis anterior*. Sehingga membuat ibu nifas semakin merasa rileks pada saat menyusui (Sungkar & Gati, 2023).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputri *et al.*, (2019) di PMB Hj. Kartini., SST dengan hasil penelitian diperoleh perbedaan nilai rata-rata produksi ASI sebelum diberikan pijat oksitosin 5,59 cc dan sesudah diberikan pijat oksitosin yaitu 16,75 cc dengan *p-value* $< \alpha$ ($0,000 < 0,05$) (Saputri *et al.*, 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan di UPTD Puskesmas Trimulyo pada bulan Juni terdapat 35 persalinan dan pada bulan Juli terdapat 37 persalinan. Sementara di Poskesdes Desa Jadimulyo pada bulan Juni 2024 terdapat sebanyak 7 orang (46.67%) dari 15 ibu bersalin mengatakan produksi ASInya sedikit setelah hari ke tiga melahirkan. Sehingga memberikan susu formula kepada bayinya karena produksi ASInya sedikit. Berdasarkan masalah tersebut di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh mengenai “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas di Poskesdes Desa Jadimulyo Kec. Sekampung Lampung Timur”.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan *quasi eksperimen* dengan desain *nonequivalent control group design*. Populasi Penelitian ini adalah ibu nifas di Poskesdes Desa Jadimulyo yang produksi ASInya sedikit pada bulan Agustus. Sampel berjumlah 20 orang dengan rincian 10 orang kelompok eksperimen dan 10 orang kelompok kontrol. Teknik sampling secara *consecutive sampling*. Penelitian ini dilakukan di Poskesdes Desa Jadimulyo Kec. Sekampung Lampung Timur. Kelompok eksperimen diberikan pijat oksitosin selama lima

hari pada pagi dan sore. Sementara kelompok kontrol diberikan *breast care*. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi, dan analisis menggunakan uji *Mann Whitney*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Distribusi Rata - Rata Produksi ASI ibu nifas

Tabel 1. Distribusi Rata – Rata Produksi ASI ibu nifas

Variabel	N	Min-Max	Mean	SD
Kelompok Intervensi				
Sebelum diberikan pijat oksitosin	10	4-6	5,1	0,738
Sesudah diberikan pijat oksitosin	10	8-10	9	0,667
Kelompok Kontrol				
Sebelum diberikan breast care	10	4-6	5,2	0,789
Sesudah diberikan breast care	10	7-9	7,9	0,738

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa distribusi rata-rata produksi ASI ibu nifas pada kelompok eksperimen sebelum pijat oksitosin yaitu sebesar 5,10 (Produksi ASI kurang), sedangkan sesudah pijat oksitosin menjadi sebesar 9,00 (Produksi ASI banyak). Sedangkan distribusi rata-rata produksi ASI ibu nifas pada kelompok kontrol sebelum dilakukan *breast care* yaitu sebesar 5,20 (Produksi ASI kurang), sedangkan sesudah intervensi *breast care* menjadi sebesar 7,90 (Produksi ASI banyak).

Analisis Bivariat

Tabel 2. Pengaruh Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Untuk Meningkatkan Produksi ASI Di Poskesdes Desa Jadimulyo

Kelompok	Mean Rank	Sum of Ranks	p-value
Kelompok Eksperimen (n=10)	13,75	137,50	0,005
Kelompok Kontrol (n=10)	7,25	72,50	

Uji normalitas data menggunakan *Shapiro Wilk* terhadap hasil data pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol didapatkan seluruh nilai signifikan $< 0,05$ yang artinya data penelitian tidak berdistribusi normal. Maka uji statistik yang digunakan adalah uji *Mann Whitney*.

Berdasarkan uji *Mann Whitney* didapatkan hasil uji statistik $p\text{-value} = 0,005$ ($p\text{-value} < 0,05$) yang berarti menyatakan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin pada ibu nifas untuk

meningkatkan produksi ASI di Poskesdes Desa Jadimulyo, Kecamatan Sekampung Lampung Timur Tahun 2024.

Pembahasan

Distribusi Rata - Rata Produksi ASI Ibu Nifas pada Kelompok Eksperimen

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa distribusi rata-rata produksi ASI ibu nifas pada kelompok eksperimen sebelum pijat oksitosin yaitu sebesar 5,10 (Produksi ASI kurang), sedangkan sesudah pijat oksitosin menjadi sebesar 9,00 (Produksi ASI banyak).

Pada masa nifas perawatan payudara adalah suatu tindakan yang penting dalam merawat payudara untuk memperlancar pengeluaran ASI. Hal ini karena payudara adalah satu-satunya tempat memproduksi ASI yang merupakan makanan pokok bayi yang baru lahir sehingga harus dilakukan sedini mungkin. Adapun tujuan perawatan payudara setelah melahirkan, untuk meningkatkan produksi ASI dengan merangsang kelenjar-kelenjar air susu melalui pemijatan. Payudara akan menjadi penuh mulai dari hari ketiga sampai hari keenam setelah persalinan pada saat payudara menghasilkan ASI. Ini suatu hal yang normal dan adanya penghisapan yang efektif dan pengeluaran ASI oleh bayi, payudara tersebut akan cepat pulih kembali dan tidak terasa penuh. Jika payudara penuh dan cairan jaringan. Aliran vena limfatik tersumbat, maka akan menghambat aliran susu menjadi terhambat sehingga dapat menyebabkan bendungan ASI, hal tersebut dapat di cegah dengan melakukan pemijatan - pemijatan pada daerah payudara (Fatrin, 2022).

Upaya meningkatkan angka pemberian ASI eksklusif perlu adanya upaya untuk meningkatkan produksi dan pemberian ASI, upaya tersebut dapat dilakukan dengan melakukan pemijatan di area vertebra yang dapat memacu hormone prolaktin dan oksitosin sehingga dapat meningkatkan produksi ASI. Hormon prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI sedangkan pengeluarannya dipengaruhi oleh hormon oksitosin (Shella Afriany *et al.*, 2024).

Hal ini sejalan dengan penelitian Anggraini & Diska (2023) yang menunjukkan bahwa diketahui adanya perubahan jumlah responden sebelum dilakukan pijat oksitosin sebagian besar produksi ASI kurang lancar yaitu sejumlah 47 ibu (100%) sedangkan jumlah responden sesudah dilakukan pijat oksitosin sebagian besar responden produksi ASI cukup yaitu sejumlah 43 Ibu (91,5%) (Anggraini & Diska, 2023).

Menurut Fara *et al.* (2022) didapatkan bahwa volume rata-rata produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin adalah 16,7 cc dengan nilai standar deviation 11.6 dan volume terendah sebanyak 2 cc dengan volume paling banyak yang dikeluarkan sebanyak 50 cc (Fara *et al.*, 2022).

Menurut asumsi peneliti Pemijatan pada punggung dapat memberikan rasa nyaman pada ibu yang dapat membantu dalam pengeluaran ASI sehingga dapat mengurangi rasa nyeri akibat hisapan bayi pada payudara dan kontraksi uterus dapat berkurang. Pemijatan yang dilakukan dapat memberikan rasa tenang dan nyaman bagi ibu sehingga dapat mempertahankan produksi ASI.

Distribusi Rata - Rata Produksi ASI Ibu Nifas pada Kelompok Kontrol

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa distribusi rata-rata produksi ASI ibu nifas pada kelompok eksperimen sebelum *breast care* yaitu sebesar 5,20 (Produksi ASI kurang), sedangkan sesudah intervensi *breast care* menjadi sebesar 7,90 (Produksi ASI banyak).

Tindakan *breast care* adalah pemeliharaan payudara yang dilakukan untuk memperlancar pengeluaran ASI dengan melakukan pemijatan. Perawatan payudara sangat penting dilakukan selama hamil sampai menyusui. *Breast care* mempengaruhi *letdown reflex* karena ada rangsangan dalam puting susu. Sedangkan pijat oksitosin merupakan salah satu cara untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan yang dimulai pada tulang belakang servikal (*servical vertebrae*) sampai tulang belakang torakalis dua belas dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijat oksitosin dan massage payudara merupakan intervensi yang sama-sama berguna dalam proses laktasi terutama pada hari-hari pertama pasca kelahiran karena kedua intervensi ini membantu memaksimalkan pengeluaran hormon laktasi seperti prolaktin dan oksitosin (Indrayani & Anggita, 2019).

Berdasarkan hasil analisis terlihat bahwa peningkatan produksi ASI lebih banyak pada kelompok eksperimen yang diberikan pijat oksitosin. Dimana pada kelompok eksperimen terjadi peningkatan yang lebih signifikan dibandingkan dengan kelompok yang diberikan *breastcare*. Akan tetapi, ibu juga harus memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan pijat oksitosin yaitu mendengarkan suara bayi yang dapat memicu aliran yang memperlihatkan bagaimana produksi susu dapat dipengaruhi secara psikologi dan kondisi lingkungan saat menyusui, rasa percaya diri sehingga tidak muncul persepsi tentang ketidakcukupan suplai ASI, mendekatkan diri dengan bayi, relaksasi yaitu latihan yang bersifat merilekskan maupun menenangkan seperti meditasi, yoga, dan relaksasi progresif dapat membantu memulihkan ketidakseimbangan saraf dan hormon dan memberikan ketenangan alami, sentuhan dan pijatan ketika menyusui, dukungan suami dan keluarga, menghangatkan payudara, merangsang puting susu yaitu dengan menarik dan memutar putting secara perlahan dengan jari-jarinya (Indrayani & Anggita, 2019).

Hal ini sejalan dengan penelitian Indrayani & Anggita (2019) yang menyatakan bahwa setelah dilakukan pada ibu postpartum sebanyak 10 orang pada kelompok *breast care*,

menunjukkan bahwa produksi ASI sebelum dilakukan *breast care* sebagian besar responden mengalami produksi ASI kurang yaitu sebanyak 6 orang (60%). Produksi ASI setelah dilakukan *breast care* dengan kategori produksi ASI kurang yaitu sebanyak 7 orang (70%) (Indrayani & Anggita, 2019).

Menurut asumsi peneliti pijat oksitosin lebih berpengaruh terhadap produksi ASI setelah dilakukan intervensi dibandingkan dengan *breast care*, hal ini menurut peneliti karena pada ibu yang dilakukan pijat oksitosin merasa lebih rileks karena adanya perlakuan pemijatan pada daerah punggung yang menstimulasi banyak titik syaraf yang merangsang pengeluaran oksitosin secara cepat dan pada intervensi massage payudara sebagian ibu mengeluh merasa kesakitan pada saat dilakukan intervensi dan sebagian dari mereka meminta untuk melakukan sendiri untuk mengurangi sakit di daerah pemijatan.

Pengaruh Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Untuk Meningkatkan Produksi ASI Di Poskesdes Desa Jadimulyo

Berdasarkan uji *Mann Whitney* pada Tabel 2 didapatkan hasil uji statistik $p\text{-value} = 0,005$ ($p\text{-value} < 0,05$) yang berarti menyatakan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin pada ibu nifas untuk meningkatkan produksi ASI di Poskesdes Desa Jadimulyo, Kecamatan Sekampung Lampung Timur Tahun 2024.

Secara fisiologis pijat oksitosin melalui *neurotransmitter* akan merangsang *medulla oblongata* dengan mengirim pesan ke *hypothalamus* di *hipofise posterior* hal tersebut merangsang refleks oksitosin atau refleks *let down* untuk mensekresi hormon oksitosin ke dalam darah. Dengan diberikan pijat oksitosin akan lebih memperlancar produksi ASI pada ibu menyusui dan juga memberikan kenyamanan pada ibu (Nurainun & Susilowati, 2021).

Pijat oksitosin merupakan teknik yang mudah dilakukan karena gerakannya sederhana dan dapat diingat oleh keluarga, sehingga dapat diterapkan tanpa memerlukan banyak waktu. Dukungan dari suami dan anggota keluarga juga sangat penting dalam proses menyusui. Salah satu bentuk dukungan tersebut adalah melakukan pijat oksitosin, yang dapat memotivasi ibu dalam menyusui bayinya, serta kesediaan anggota keluarga membantu mengerjakan tugas rumah tangga yang biasa dilakukan oleh ibu (Indrayani & Anggita, 2019).

Pijat oksitosin paling efektif dilakukan oleh suami. Sebuah penelitian menemukan bahwa pijat oksitosin yang diberikan oleh suami secara signifikan meningkatkan produksi Air Susu Ibu (ASI). Studi menunjukkan bahwa setelah menerima pijatan dari suami, mayoritas ibu mengalami peningkatan produksi ASI yang signifikan, dengan nilai $p\text{-value}$ sebesar 0,007, yang menunjukkan hasil yang signifikan secara statistik (Zulfatunnisa & Puspita, 2024). Hal ini juga merupakan bentuk dukungan suami untuk turut berperan aktif dalam mewujudkan

keberhasilan ASI eksklusif. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fidiawati *et al.*, (2022) dimana menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan pemberian ASI eksklusif dengan $p\text{-value} = 0,003$ (Fidiawati *et al.*, 2022).

Penelitian Dwi Kurnia (2022) mendukung hal ini dengan menunjukkan adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum primipara di Moty Care Baby, Kids & Mom, dengan $p\text{-value}$ sebesar 0,000 (Dwi Kurnia, 2022). Penelitian serupa oleh Fatrin (2022) juga menemukan hasil yang sejalan, di mana analisis bivariat menunjukkan adanya perbandingan efektivitas antara pijat oksitosin dan breast care dalam meningkatkan kelancaran produksi ASI, dengan $p\text{-value}$ sebesar 0,000 (Fatrin, 2022).

Sejalan juga dengan penelitian Hidayah (2023) menyatakan bahwa ada pengaruh signifikan antara pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum di BPM Noranita Kurniawati, Amd.Keb dengan $p\text{-value} = 0,037$ (Hidayah & Dian Anggraini, 2023).

Menurut pendapat peneliti pijat oksitosin dapat dijadikan sebagai terapi non farmakologi untuk kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum, karena dari hasil penelitian ini dan beberapa penelitian lainnya membuktikan bahwa pijat oksitosin mampu meningkatkan kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum. Selain itu meningkatnya produksi ASI ibu juga dapat dipengaruhi dari faktor seperti nutrisi atau asupan makanan pada ibu, perawatan payudara dan juga frekuensi bayi dalam menyusu meningkat.

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat oksitosin dan breast care berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas, dengan rata-rata produksi ASI sebelum pijat oksitosin sebesar 5,10 (kurang) dan meningkat menjadi 9,00 (banyak), serta sebelum breast care sebesar 5,20 (kurang) dan meningkat menjadi 7,90 (banyak), dengan $p\text{-value} = 0,005$ untuk pijat oksitosin. Secara teoritis, pengembangan ilmu mengenai penerapan pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI perlu terus dilakukan sebagai referensi asuhan komplementer dalam kebidanan. Bagi ibu nifas, pijat oksitosin dapat membantu mencegah bendungan ASI dan mendukung keberhasilan ASI eksklusif, sehingga dianjurkan dilakukan dengan bantuan keluarga selama 3-5 menit setiap pagi dan sore selama lima hari. Bagi Poskesdes Desa Jadimulyo, penerapan pijat oksitosin diharapkan menjadi layanan rutin dengan dukungan pelatihan bagi tenaga kesehatan, edukasi bagi ibu nifas dan keluarga, serta pemanfaatan media informasi untuk meningkatkan kesadaran masyarakat, yang sebaiknya diintegrasikan dengan program promosi ASI eksklusif dan dimonitor pelaksanaannya. Universitas Aisyah Pringsewu diharapkan terus mengembangkan penerapan manajemen non

farmakologis dalam asuhan kebidanan bagi ibu nifas, sementara bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk mengembangkan metode lain, seperti teknik marmet, guna memperluas wawasan dalam upaya meningkatkan produksi ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriany, F. S., Nurrohmah, A., & Utami, N. (2024). Penerapan pijat oksitosin terhadap produksi ASI di Ruang Cempaka RSUD Dr. Soehadi Pridjonegoro Sragen. *The Journal General Health and Pharmaceutical Sciences Research*, 2(3), 56–65. <https://doi.org/10.57213/tjghpsr.v2i1.395>
- Anggraini, D. S., & Nugraha, N. D. (2023). Efektivitas pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum. *Professional Health Journal*, 4(2), 268–272. <https://doi.org/10.54832/phj.v4i2.367>
- Doko, T. M., Aristiati, K., & Hadisaputro, S. (2019). Pengaruh pijat oksitosin oleh suami terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(2), 66–86. <https://doi.org/10.31539/jks.v2i2.529>
- Dwi Kurnia, R. (2022). Pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum primipara di Moty Care Baby, Kids & Mom Ciangsana tahun 2022. *Akademi Kebidanan Keris Husada*, 9. <https://ojs.akbidkerishusada.ac.id/index.php/jurnal-ilmiah-kesehatan/article/download/46/35/74>
- Fara, Y. D., Sagita, Y. D., & Safitry, E. (2022). Penerapan pijat oksitosin dalam peningkatan produksi ASI. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)*, 3(1), 20–26. <https://doi.org/10.30604/jaman.v3i1.404>
- Fatrin, T. (2022). Perbedaan efektivitas pijat oksitosin dan breast care terhadap peningkatan kelancaran produksi ASI pada ibu nifas (post partum). *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(2), 61–70. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/download/83/65>
- Feriyal, D. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi ibu tidak memberikan ASI eksklusif di Desa Sukra Wetan Kecamatan Sukra Kabupaten Indramayu tahun 2022. *Jurnal Kesehatan*, 1(9), 1033–1042.
- Fidiawati, R., Sanjaya, R., Veronica, S. Y., Febriyanti, H., & Pringsewu, U. A. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan pemberian ASI eksklusif pada ibu primipara. *Ners Akademika*, 1(1), 23–28. <https://doi.org/10.35912/nersakademika.v1i1.1764>
- Hidayah, A., & Anggraini, R. D. (2023). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di BPM Noranita Kurniawati. *Journal of Education Research*, 4(1), 234–239. <https://doi.org/10.37985/jer.v4i1.154>
- Indrayani, T., & Anggita, P. H. (2019). Pengaruh pijat oksitosin dan pijat payudara terhadap produksi ASI ibu postpartum di RB Citra Lestari Kecamatan Bojonggede Kota Bogor tahun 2018. *Journal for Quality in Women's Health*, 2(1), 65–73. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v1i2.30>

- Ismanti, R., & Musfirowati, F. (2021). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum: Literature review. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 1(1), 68–77. <https://doi.org/10.55606/jrik.v1i1.1542>
- Komalasari, E., & Riona, H. (2020). Faktor-faktor penyebab kejadian stunting pada balita. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 1(2), 45–49.
- Lampung, D. P. (2022). *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Lampung*. Dinkes Provinsi Lampung.
- Mariyami, T., & Sanjaya, R. (2022). Hubungan BBLR dan status pemberian ASI dengan kejadian stunting pada baduta. *Journal of Current Health Sciences*, 2(1), 13–18. <https://doi.org/10.47679/jchs.202231>
- Nurainun, E., & Susilowati, E. (2021). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas: Literature review. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 7(1), 20–26.
- Rahmatia, S., Hariani, H., Mawaddah, N., & Mustari, N. (2022). Pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI ibu post partum. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 13(2), 225. <https://doi.org/10.32382/jmk.v13i2.3015>
- Saputri, I. N., Ginting, D. Y., & Zendato, I. C. (2019). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum. *Jurnal Kebidanan Kestra (JKK)*, 2(1), 68–73. <https://doi.org/10.35451/jkk.v2i1.249>
- Sungkar, N. L., & Gati, N. W. (2023). Penerapan pijat oksitosin oleh suami terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Desa Ngrukuh Kabupaten Klaten. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Kesehatan*, 1(4), 193–203. <https://doi.org/10.59841/jumkes.v1i4.282>
- Survei Kesehatan Indonesia (SKI). (2023). *Kota Bukittinggi dalam angka*. Kementerian Kesehatan RI.
- Zulfatunnisa', N., & Dewi, W. P. (2024). Efektivitas pijat oksitosin oleh suami terhadap produksi ASI pada primipara. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 15(2), 164. <https://doi.org/10.36419/jki.v15i2.1101>