

**ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU MENYUSUI DENGAN TEKNIK PIJAT OKSITOSIN****Weny Tri Utami<sup>1</sup>, Etika Khoririyah<sup>2</sup>**<sup>1,2</sup>Akademi Kebidanan Anugerah Bintang

Email: wenytriutami02@gmail.com

**ABSTRAK**

Inisiasi menyusui dini (IMD) adalah tindakan yang dilakukan setelah kelahiran bayi selama satu jam. Kegagalan dalam 1 jam menyusui disebabkan beberapa masalah baik dari bayi maupun ibu. Pijat oksitosin dapat diberikan pada ibu nifas dengan pijatan lembut dan penuh perhatian untuk memberikan kenyamanan, meredakan ketegangan, dan merangsang pelepasan hormon oksitosin. Pijatan ini dapat membantu mempercepat pemulihan fisik dan emosional ibu setelah melahirkan serta membantu memperlancar ASI. Tujuan penelitian ini memberikan asuhan kebidanan pada ibu menyusui dengan teknik pijat oksitosin. Metode penelitian deskriptif observasional dengan pendekatan studi dengan subjek Ny.D pasca persalinan dan menyusui dengan menggunakan teknik pijat oksitosin yang dilakukan selama 40 hari, pengumpulan data dengan metode wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan pijat oksitosin didapatkan hasil pada 1 minggu pertama post partum dengan pemantauan pengeluaran ASI, bayi menyusui kuat, ASI ibu keluar banyak dan di berikan on demand. Minggu ke dua post partum dilakukan kembali pijat oksitosin dan pemantauan pengeluaran ASI didapatkan hasil payudara ibu bengkak dikarenakan ASI banyak dan penuh, bayi menyusui kuat dan ASI diberikan on demand. Minggu ketiga post partum dilakukan pijat oksitosin didapatkan hasil bayi menyusui kuat, ASI diberikan on demand. Minggu ke empat post partum pelaksanaan pijat oksitosin didapatkan hasil bayi menyusui lebih kuat dan sering dan payudara ibu tidak ada masalah, ibu dan bayi dalam keadaan sehat dan baik. Kesimpulan dari penelitian yaitu pemberian pijat oksitosin pada ibu menyusui dapat membantu mendapatkan ASI lebih cepat dan banyak dari pelaksanaan IMD yang gagal, serta bayi mendapatkan cukup nutrisi.

Kata kunci: Ibu Menyusui, Inisiasi Menyusui Dini, Pijat Oksitosin

**ABSTRACT**

*Early initiation of breastfeeding (IMD) is an action carried out after the birth of the baby for one hour. Failure to breastfeed within 1 hour is caused by several problems for both the baby and the mother. Oxytocin massage can be given to postpartum mothers with gentle and caring massage to provide comfort, relieve tension, and stimulate the release of the hormone oxytocin. This massage can help speed up the mother's physical and emotional recovery after giving birth and help facilitate breastfeeding. The aim of this research is to provide midwifery care to breastfeeding mothers using oxytocin massage techniques. Observational descriptive research method with a study approach with the subject Mrs. D after childbirth and breastfeeding using the oxytocin massage technique carried out for 40 days, data collection using interview and observation methods. The results of the study showed that implementing oxytocin massage yielded results in the first week post partum by monitoring breast milk production, the baby was breastfeeding strongly, the mother's breast milk came out a lot and was given on demand. In the second week post partum, oxytocin massage was carried out again and monitoring of breast milk production showed that the mother's breasts*

*were swollen because the breast milk was plentiful and full, the baby was suckling strongly and breast milk was given on demand. In the third week post partum, oxytocin massage was carried out and the results showed that the baby was breastfeeding strongly, breast milk was given on demand. In the fourth week post partum, carrying out oxytocin massage, the results showed that the baby was breastfeeding more strongly and frequently and there were no problems with the mother's breasts, the mother and baby were healthy and well. The conclusion of the research is that giving oxytocin massage to breastfeeding mothers can help them get breast milk more quickly and prevent IMD from failing, and the baby gets enough nutrition.*

*Keywords: Breastfeeding Mothers, Early Breastfeeding Initiation, Oxytocin Massage*

## **PENDAHULUAN**

Ketidakmampuan untuk memulai menyusui dalam waktu satu jam setelah kelahiran dapat disebabkan oleh berbagai masalah yang timbul baik pada bayi maupun ibu. Masalah ibu dapat terwujud sebelum persalinan, kelahiran prematur, dan kehamilan berikutnya, seperti yang diungkapkan Maryunani (2015).

Rata-rata angka kematian bayi (AKB) bayi meninggal mencapai 28 hari hidup per 1000 jiwa, yang mencakup dua jenis kematian bayi, yaitu kematian endogen dan eksogen. Kematian neonatal (endogen) berdampak pada anak sejak lahir, diterima dari ibu, namun kematian eksogen, atau kematian pasca neonatal, disebabkan oleh pengaruh lingkungan.

Pemerintah Indonesia dan upayanya mendukung kebijakan WHO dan UNICEF yang merekomendasikan pemberian ASI

dini (IMD) sebagai upaya penyelamatan jiwa, karena IMD dapat menyelamatkan 22% bayi yang meninggal sebelum usia satu bulan (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Faktanya, masih banyak ibu yang tidak memberikan ASI sejak dini setelah melahirkan. Pentingnya inisiasi menyusui dini (IMD) Berdasarkan hasil (RISKESDAS, 2021), 58,2% bayi di Indonesia diberikan ASI dini, sehingga 41,8% bayi tidak diberikan ASI sejak dini. dimana berdasarkan data tersebut, hanya 15,9% bayi yang mendapat ASI 1 jam lebih awal, 84,1% bayi mulai menyusui kurang dari 1 jam lebih awal, sedangkan Provinsi Kepulauan Riau mempunyai inisiasi menyusui dini sebesar 50,65%.

Pijat oksitosin pada ibu nifas biasanya dilakukan dengan lembut dan penuh perhatian untuk memberikan kenyamanan, meredakan ketegangan, dan merangsang pelepasan hormon oksitosin. Pijatan ini dapat membantu

mempercepat pemulihan fisik dan emosional ibu setelah melahirkan. (Arikunto, 2016).

Pijat oksitosin dapat mempengaruhi faktor psikologis sehingga meningkatkan relaksasi dan kenyamanan ibu sehingga memicu produksi hormon oksitosin dan mempengaruhi produksi ASI. Efek dari pijat oksitosin adalah sel-sel kelenjar susu mengeluarkan ASI, sehingga anak menerima ASI sesuai kebutuhan, yakni. berat badan anak bertambah, urin anak perhari 30 – 50 mg (6-8 kali), anak buang air besar. 2-5 kali, anak tidur 2-3 jam (Dian, 2016).

Kesimpulan latar belakang yang bisa diambil yaitu mengurangi resiko angka kematian bayi (AKB) yang disebabkan karena kurangnya bayi mendapatkan kolostrum di 1jam bayi baru lahir. Untuk mengurangi resiko angka kematian pada bayi, penulis menganjurkan ibu untuk melakukan pijat oksitosin agar bayi ibu mendapatkan cukup nutrisi dan kemampuan bayi untuk menyusui dini, sehingga bayi merasa aman dan ibu tidak memiliki kekhawatiran khusus pada bayinya.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan observasi deskriptif dengan pendekatan studi kasus dengan. Lokasi Studi Kasus ini yaitu Praktik Mandiri Bidan R di

Tanjungpinang. Pengumpulan data dilakukan melalui metode observasi kepada Ny.D yaitu ibu pasca melahirkan normal sampai dengan nifas 40 hari. Observasi ini dilaksanakan dalam kurung waktu 1 jam lebih, observasi keseluruhan proses pengumpulan data sementara dilakukan selama 1 bulan, yang meliputi 1 jam observasi IMD setelah lahir, 1 jam pelaksanaan pijat oksitosin di 7 hari post partum dan evaluasi terjadi pada hari ke 7, hari ke 14, hari ke 21 dan hari ke 30.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1 jam Observasi IMD**

Telah lahir By Ny. D dengan hasil penilaian selintas yaitu cukup bulan, menangis kuat dan gerakan aktif. Setelah dilakukan pemotongan tali pusat, bayi dilakukan Proses Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dilaksanakan selama 1 jam setelah lahir tanpa bantuan apapun untuk mendapatkan puting susu ibu. Dari hasil observasi didapatkan bahwa IMD yang dilaksanakan pada bayi Ny D tidak berhasil dimana bayi tidak mampu untuk mencapai puting dalam waktu 1 jam sehingga tidak mendapatkan kolostrum di 1 jam bayi baru lahir.

Gagalnya IMD di 1 jam maka direncanakan untuk melakukan asuhan kepada Ny. D dengan

memberikan teknik pijat oksitosin pada kunjungan selanjutnya dengan tujuan membantu ibu memperbanyak dan memperlancar ASI serta bayi mendapatkan cukup ASI. Hal ini didukung pernyataan dari Sejatiningasih A (2007) bahwa fakta di lapangan menunjukkan responden yang keluaran ASI nya tidak lancar terjadi karena tidak melakukan IMD.

### **Pelaksanaan Pijat Oksitosin 1 minggu Post Partum**

Pada 1 minggu post partum dilakukan kunjungan masa nifas dengan hasil ibu bersedia melakukan pijat oksitosin. Pijat oksitosin dilaksanakan kurang lebih 15 menit. Dari hasil evaluasi didapatkan bahwa ibu merasa rileks setelah dipijat, bayi menyusu kuat, ASI yang keluar cukup banyak, ASI berikan on demand.

Tanggung jawab dan tugas seorang bidan dalam membantu proses Inisiasi Menyusu Dini (IMD) pada ibu yang baru melahirkan sangat penting untuk memastikan kesejahteraan ibu dan bayi. Meningkatkan pengaruh ibu, meningkatkan dukungan dari anggota keluarga dan peningkatan kualitas pelayanan kesehatan memiliki peran kunci dalam pelaksanaan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) (Wulandari, 2016).

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidakteraturan produksi ASI. Pijat oksitosin merupakan pemijatan mulai dari tulang belakang (vertebra) hingga tulang rusuk kelima atau keenam dan merupakan upaya untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijatan ini meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu sehingga ASI keluar secara otomatis (Yohmi dan Roesli, 2015).

Melakukan pijat oksitosin, dengan menganjurkan ibu melepas pakaian dan bra untuk memudahkan proses pemijatan. Setelah itu, ambil posisi duduk dan condongkan tubuh ke depan. Untuk menambah kenyamanan, ibu bisa memeluk bantal. Jika perlu, ibu juga dapat duduk di meja dengan tangan disilangkan dan menyandarkan kepala di atasnya. Kemudian mintalah suami atau anggota keluarga Anda untuk memijat kedua sisi tulang belakang secara perlahan, mengepalkan tangan dan meletakkan ibu jari di depan. Pindahkan posisi pijatan ke tulang selangka yang menonjol, lalu pijat perlahan hingga ke area bra atau pinggang, tekan perlahan dengan dua ibu jari dengan gerakan memutar. Pijat selama 2-3 menit. Perhatikan tekanan saat pemijatan.

Jika pijatan dirasa kurang, ibu dapat meminta suami atau keluarganya untuk meningkatkan tekanan pijatan (Roseli,2015).

Pijat oksitosin untuk keberhasilan IMD sebenarnya berperan penting dalam keberhasilan ibu dan menyusui. UNICEF berkomitmen untuk mempromosikan dan mendukung praktik IMD sebagai cara untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan ibu dan bayi. Mereka aktif dalam mendukung program-program pemberdayaan ibu dan peningkatan praktik menyusui di seluruh dunia, bayi secara alami tidak membutuhkan bantuan untuk mendorongnya bergerak ke arah dan menempel pada ibu dan payudaranya. Bayi baru lahir mempunyai refleks penciuman dan penglihatan yang dapat mendeteksi areola serta bau khas ibu dan payudara. Oleh karena itu, bayi pada tahap awal IMD biasanya dalam keadaan tenang dan juga selalu berjaga – jaga), sehingga kebutuhannya tidak biasa tidak menangis dan siap memulai pengalaman baru, seperti belajar menyusui. AAP (American Academy of pediatrics) menambahkan, memaksa anak hanya akan membuatnya mudah tersinggung, marah, atau langsung tertidur (Albertina, 2015).

Peraturan pemerintah no. Pasal 33 Tahun 2016 pendoman pemberian asi dalam satu jam pertama, pelatihan dan sertifikasi tenaga kesehatan, penyuluhan dan edukasi kepada ibu dan keluarga, dukungan pada tempat pelayanan kesehatan, pantauan dan evaluasi, integrasi dalam pelayanan kesehatan rutin, peran keluarga dan dukungan emosional, pemberdayaan ibu, sanksi atau insentif dan monitoring kepatuhan. Peraturan pemerintah ini menjelaskan secara langsung bahwa petugas kesehatan dan penyedia layanan kesehatan harus melakukan proses IMD pada setiap ibu segera setelah melahirkan dan memberikan informasi dan edukasi kepada ibu dan keluarganya tentang pentingnya IMD mulai dari pemeriksaan kehamilan hingga pemeriksaan kehamilan. proses pengiriman sudah dekat. Oleh karena itu, kami berharap ibu hamil dan ibu hamil tetap mendapat dukungan dalam pelaksanaan IMD segera setelah melahirkan.

### **Pelaksanaan Pijat Oksitosin 2 minggu Post Partum**

Pada 2 minggu post partum di lakukan observasi pelaksanaan pijat oksitosin dan pemantauan pengeluaran ASI didapatkan hasil payudara bengkak, penyebabnya yaitu karna produksi ASI yang banyak

yang mengakibatkan payudara menjadi penuh, solusi yang tepat yaitu memompa payudara agar tidak bengkak, bayi menyusu kuat, ASI keluar cukup banyak keluar dan ASI diberikan selama on demand. Meneruskan pijat oksitosin dengan cara melakukan pijatan lembut pada payudara dapat membantu meningkatkan sirkulasi darah ke area tersebut dan mungkin memberikan rasa nyaman.

Oksitosin membuat ibu merasa lebih tenang, rileks, mengatasi stres, membuat ibu menyayangi bayinya, meningkatkan ambang nyeri, dan merasa bahagia. Mengurangi 22 kematian pada usia 28 hari ke bawah, serta merangsang masuknya ASI ke dalam usus, menambah keberhasilan pemberian ASI Eksklusif dan lamanya pemberian ASI. sedikit demi sedikit, penambahan situasi oksitosin juga sangat membantu mempercepat rahim kembali ke ukuran sebelum hamil (Walyani, 2015).

Keberhasilan praktek mandiri IMD dengan pijat oksitosin dapat diukur melalui berbagai indikator kesehatan dan kesejahteraan ibu dan bayi. Namun juga perlu didukung oleh pelayanan kesehatan. Pelayanan kesehatan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dengan pijat oksitosin adalah praktik penting yang melibatkan pemberian ASI (Air Susu Ibu) kepada bayi

sesegera mungkin setelah lahir. Tenaga kesehatan memiliki peran yang sangat krusial dalam memfasilitasi dan mendukung proses IMD seperti memberikan pendidikan dan informasi, mendorong kontak kulit ke kulit, membantu posisi dan pemasangan yang benar, memberikan dukungan emosional, membantu mengatasi tantangan, memastikan asupan cairan dan nutrisi yang cukup, memberikan perawatan postpartum, dan mendorong praktik asi eksklusif. Melalui peran-peran ini, tenaga kesehatan dapat memastikan bahwa proses IMD berjalan lancar, ibu mendapatkan dukungan yang memadai, dan bayi mendapatkan manfaat penuh dari ASI sejak dini. Hal ini sangat penting untuk kesehatan dan perkembangan optimal bayi serta untuk membangun dasar yang kuat bagi hubungan ibu dan anak.

### **Pelaksanaan Pijat Oksitosin 3 minggu Post Partum**

Pada 3 minggu post partum dilakukan pijat oksitosin dan observasi pijat oksitosin didapatkan hasil bayi menyusu kuat, ASI cukup banyak dan ASI diberikan on demand.

ASI merupakan satu jenis makanan yang mencukupi seluruh unsur kebutuhan bayi baik fisik, psikologi, sosial maupun spiritual, ASI mengandung nutrisi, hormon, unsur

kekebalan pertumbuhan, anti alergi, serta anti inflamasi. Nutrisi dalam ASI mencakup hampir 200 unsur zat makanan (Hubertin, 2016).

Hormon oksitosin akan keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui isapan mulut bayi atau melalui pijatan pada tulang belakang ibu bayi, dengan dilakukan pijatan pada tulang belakang ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar (WBW, 2017).

Pada prinsipnya pemberian pijat oksitosin adalah sejenis hormon yang diproduksi oleh kelenjar hipotalamus dan disimpan di kelenjar hipofisis (kelenjar pituitari). Hormon ini memiliki peran penting dalam menyusui, kontraksi uterus selama persalinan, dan membantu dalam membentuk ikatan emosional antara individu. Namun, pijat sendiri tidak secara langsung memperoleh oksitosin, tetapi dapat merangsang pelepasannya. Pijat yang dapat merangsang pelepasan oksitosin termasuk pijatan kasar, seperti pijatan pada area punggung, bahu, atau bagian belakang leher. Pijatan ini dapat merangsang sistem saraf dan meningkatkan pelepasan oksitosin (Perenasia, 2017).

### **Pelaksanaan Pijat Oksitosin 3 minggu Post Partum**

Pada minggu ke 4 postpartum dilakukan observasi pelaksanaan pijat oksitosin didapatkan hasil bayi menyusui lebih kuat dan sering dan payudara ibu tidak ada masalah.

Dalam konteks pemberian pijatan oksitosin, penting untuk mencatat bahwa hasilnya dapat bervariasi antar individu, dan beberapa wanita mungkin lebih responsif terhadap stimulus fisik daripada yang lain. Selain itu, keputusan untuk menggunakan pijatan oksitosin harus selalu dibahas dan disepakati dengan ibu bersama dengan tim perawatan kesehatan. Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dapat melibatkan berbagai metode, termasuk memberikan dukungan emosional, edukasi, dan bantuan fisik. Pijat oksitosin dapat menjadi salah satu bentuk bantuan fisik yang diberikan untuk mendukung IMD. Berikut adalah beberapa pengaruh dukungan tenaga kesehatan dalam menggabungkan IMD dengan pijat oksitosin.

Kegiatan ini dilakukan sesuai dengan prosedur pelaksanaan IMD yang diperlukan oleh PMB. Beberapa peraturan perundang-undangan terkait ASI eksklusif di Indonesia telah dikeluarkan oleh pemerintah, antara lain Peraturan Menteri Kesehatan RI

No. 240/ MENKES/ PER/ V/ 2015 tentang Cadangan Susu Tulang, Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 237/Menkes/SK/IV/12017 tentang Pemasaran Susu Tulang Cadangan, Peraturan Pemerintah No. 69 Tahun 2017 tentang Penanda dan Pengumuman Pangan, serta Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 450/Menkes/SK/IV/2018 tentang Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Indonesia. Mengingat dalam Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 450/Menkes/SK/IV/2018 mengatur bahwa petugas kesehatan harus menginformasikan tentang anjuran pemberian ASI eksklusif yang mengacu pada hanya ASI tanpa tambahan makanan atau minuman lain, termasuk air, selama enam bulan pertama kehidupannya. Praktik ini memberikan banyak manfaat kesehatan baik untuk bayi maupun ibu.

Upaya tenaga kesehatan terkait pijat oksitosin dapat mencakup beberapa tindakan, tergantung pada konteksnya, apakah itu untuk memfasilitasi tempat persalinan, meningkatkan kesejahteraan ibu nifas, atau membantu proses menyusui. Berikut beberapa upaya yang mungkin dilakukan oleh tenaga kesehatan terkait pijat oksitosin:

pendampingan dan edukasi, pijatan selama persalinan, pijatan pasca persalinan, stimulasi menyusui dan konseling emosional (Delima, 2016).

## **SIMPULAN**

Kesimpulan dari studi kasus ini bahwa Inisiasi menyusui dini dapat terlaksana dengan baik jika bayi mempunyai kemampuan reflek bayi baik dan untuk mendukung menyusui dari kegagalan IMD yaitu dengan pelaksanaan pijat oksitosin yang dapat membantu ibu untuk mendapatkan ASI lebih cepat dan banyak, serta bayi mendapatkan cukup nutrisi sehingga dapat meminimalisir adanya resiko atau tanda bahaya yang terjadi pada ibu dan juga bayi.

Untuk mendukung pelaksanaan IMD setiap tenaga kesehatan wajib mengetahui teknik dasar menyusui dan manfaat adanya teknik pijat oksitosin.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis berterimakasih baik kepada pasien maupun keluarga yang bersedia untuk melakukan pelaksanaan pijat oksitosin selama 1 bulan post partum.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Albertina M .Hubungan Pijat Oksitosin dengan Kelancaran Produksi



- ASI pada Ibu Post Partum Seksio Sesarea Hari ke 2 –3 Poltekes Kemenkes Kaltim Jurnal Husada Mahakam. 2015;Volume III No. 9, Mei 2015, hal. 452-521
- Arkunto. Asuhan Kebidanan Nifas Jogjakarta: Mitra Cendika Press; 2016
- Delima. Pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI ibumenyusui. Jurnal Ipteks Terapan. 2016; volume IX: 282-93
- Departemen Kesehatan. Laporan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2021. Jakarta: Departemen Kesehatan RI. 2021.
- Educ. 2019. Prevalence and Determinan of Initiation of Breasfeeding with one Hour of Birth An Analysis of the Health survey. LISW-S RYBM. The Importance of bonding. Vol. 28, no (3): 11.
- Hubertin (2016). Hubungan Inisiasi Menyusui Dini Dengan Reflek Menyusu P Pada Bayi Baru Lahir. KTI Akademi Kebidanan Mitra Sehat Sidoarjo
- Parenesia 2017. Efektifitas Breast Massage dan Stimulus Reflek Menyusu untuk Peningkatan Berat B Badan Bayi Preterm. Jurnal Ilmu Kesehatan. Vol. 6, No. 12. Kepmenkes RI No. 450/Menkes/SK/IV/2015 tentang Pemberian ASI secara Eksklusif Pada Bayi di Indonesia
- Roesli. 2015. Kajian implementasi dan kebijakan air susu ibu eksklusif dan inisiasi menyusui dini di Indonesia. Makara Kesehatan.
- WBW Educ. 2017 Prevalence and Determinan of Initiation of Breasfeeding with one Hour of Birth An Analysis of the Health survey. LISW-S RYBM. The Importance of bonding. Vol. 28, no (3): 11.
- Wulandari Fionie Tri A. Pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu post partum di RSUD Provinsi Kepulauan Riau. Jurnal Kesehatan. 2014;Volume V, Nomor 2, Oktober 2014, hlm 173-178