

## PIJAT OKSITOSIN PADA IBU POST PARTUM: *LITERATURE REVIEW*

Ermiami<sup>1</sup>, Qoori Salmaa<sup>1</sup>, Indah Mutia<sup>1</sup>, Grisela Parisa<sup>1</sup>, Ayyida Aini<sup>1</sup>, Dini Fitria<sup>1</sup>, Rifqii Daiatul, Deviana Indriyanti<sup>1</sup>, Nita Ayu Srimurni<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia

*Corresponding Email:* ermiami@unpad.ac.id

### Abstrak

Pemberian ASI secara eksklusif selama 6 bulan merupakan kegiatan yang bermanfaat baik untuk ibu maupun bayi. Akan tetapi, kelancaran pemberian ASI seringkali terhambat, terutama pada hari-hari pertama setelah melahirkan. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam kelancaran produksi ASI. Pengeluaran ASI dapat dipercepat dengan tindakan non-farmakologi yaitu melalui pijat oksitosin. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI berdasarkan analisis literatur. Metode yang digunakan adalah *literature review* melalui penelusuran dari database *PubMed*, *Science Direct*, dan *Google Scholar* menggunakan berbagai kata kunci bahasa Indonesia dan bahasa Inggris. Pemilahan artikel menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi dan panduan PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis*) dengan 4 tahapan, yaitu identifikasi, skrining, kelayakan, dan hasil yang diterima. Hasil penelusuran teridentifikasi 907 artikel, kemudian diskriminasi dan didapatkan 507 artikel, lalu pada tahap kelayakan didapatkan 7 artikel dan diputuskan bahwa 7 artikel tersebut dapat diterima. Hasil telaah artikel didapatkan bahwa pijat oksitosin memberikan kenyamanan dan rileks pada ibu dan merangsang pelepasan oksitosin sehingga dapat mempercepat keluarnya ASI, sedangkan perawatan payudara akan merangsang produksi laktifer (hormon prolaktin) untuk mempercepat produksi ASI pada ibu postpartum. Kesimpulan, metode pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan produksi ASI dan memperlancar pengeluaran ASI pada ibu post partum. Diharapkan adanya penelitian lebih lanjut mengenai keterlibatan keluarga dalam efektivitas intervensi pijat oksitosin pada ibu post partum.

**Kata kunci:** Ibu postpartum, pijat oksitosin, pijat payudara, produksi ASI.

### Abstract

*Exclusive breastfeeding for 6 months is a beneficial activity for both mother and baby. However, smooth breastfeeding is often hampered, especially in the first days after giving birth. One of the causes is a lack of stimulation of the hormones prolactin and oxytocin which play a role in the smooth production of breast milk. Breast milk production can be accelerated with non-pharmacological measures, namely through oxytocin massage. This study aims to analyze the effect of oxytocin massage on the smooth flow of breast milk based on literature analysis. The method used is a literature review through searches from the PubMed, Science Direct and Google Scholar databases using various Indonesian and English keywords. Sorting articles uses inclusion and exclusion criteria and PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis) guidelines with 4 stages, namely identification, screening, eligibility, and acceptable results. The results of the search identified 907 articles, then they were screened and 507 articles were obtained, then at the feasibility stage 7 articles were obtained and it was decided that these 7 articles were acceptable. The results of the article review found that oxytocin massage provides comfort and relaxation to the mother and stimulates the release of oxytocin so that it can speed up the release of breast milk, while breast care will stimulate the production of lactifer (prolactin hormone) to accelerate breast milk production in postpartum mothers. In conclusion, the oxytocin massage method is effective in increasing breast milk production and facilitating milk production in post partum mothers. It is hoped that there will be further research regarding family involvement in the effectiveness of oxytocin massage intervention for post partum mothers.*

**Keywords:** Breast massage, breast milk production, oxytocin massage, postpartum mothers.

## PENDAHULUAN

Pemberian ASI secara eksklusif selama 6 bulan merupakan kegiatan yang bermanfaat baik untuk ibu maupun bayi. Manfaat pemberian ASI untuk ibu salah satunya adalah melindungi dan mendukung kesehatan mental ibu dan menjaga perlekatan antara ibu dan bayi. Sedangkan manfaat pemberian ASI eksklusif untuk bayi adalah membantu bayi untuk memenuhi kebutuhan nutrisi, membantu bayi mendapat anti bodi alami dari kolostrum yang terdapat dalam ASI, memberikan rasa nyaman pada bayi, dan membantu meningkatkan kecerdasan (Alfiatun et al., 2021).

World Health Organization (WHO) juga memberikan himbauan bahwa sebaiknya bayi hanya diberikan air susu ibu (ASI) selama paling sedikit 6 bulan, serta pemberian ASI dipastikan berlanjut sampai bayi berumur dua tahun (WHO, 2018). Hal ini dimaksudkan supaya ibu dapat mempertahankan ASI eksklusif selama 6 bulan, WHO juga menghimbau agar melakukan inisiasi menyusui dalam satu jam pertama kehidupan, bayi hanya menerima ASI tanpa tambahan makanan atau minuman, termasuk air, menyusui sesuai permintaan atau sesering yang diinginkan bayi, dan tidak menggunakan botol atau dot (WHO, 2018).

Menurut data World Health Organization (WHO) dan UNICEF, cakupan ASI eksklusif pada bayi di bawah 6 bulan adalah 41% dan ditargetkan mencapai 70% pada tahun 2030 (Global Breastfeeding Scorecard, 2018). Standar pertumbuhan anak yang diterapkan di seluruh dunia menurut WHO yaitu menekankan pemberian ASI sejak lahir sampai usia 6 bulan. Setelah itu bayi mulai diberikan makanan pendamping ASI sampai usia mencapai 2 tahun dan tetap menyusui (Arma, 2017). Akan tetapi, kelancaran pemberian ASI seringkali terhambat, terutama pada hari-hari pertama setelah melahirkan. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam kelancaran produksi ASI sehingga memengaruhi rendahnya cakupan pemberian ASI (Sukmawati et al., 2020). Stres pada ibu dapat meningkatkan hormon kortisol yang menurunkan kadar hormon oksitosin sehingga proses produksi ASI pun terhambat (Utami & Kartika, 2021). Adapun beberapa faktor yang dapat memengaruhi laktasi pada ibu postpartum yaitu persiapan menyusui yang benar, teknik menyusui, perawatan payudara, asupan nutrisi, dan anatomi payudara (Mamuroh et al., 2018).

Pengeluaran ASI dapat dipercepat dengan tindakan non-farmakologi yaitu melalui pijat oksitosin yang dapat dilakukan dengan cara memijat area di sekitar punggung (vertebra pars

thoracica) untuk merangsang keluarnya ASI, sehingga ibu akan merasakan puas, bahagia, percaya diri, karena bisa memberikan ASI pada bayinya, memikirkan bayinya dengan penuh kasih dan perasaan positif lainnya akan membuat reflek oksitosin bekerja (Asih dan Risneni, 2016). Pijat oksitosin adalah pemijatan tulang belakang pada costae (tulang rusuk) ke lima hingga keenam sampai ke scapula (tulang belikat) yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis, saraf yang berpangkal pada medulla oblongata dan pada daerah-daerah sacrum dari medulla spinalis, merangsang hipofisis posterior untuk mengeluarkan oksitosin, oksitosin menstimulasi kontraksi sel-sel otot polos yang melingkari duktus laktiferus kelenjar mammae yang menyebabkan kontraktibilitas mioepitel payudara sehingga dapat meningkatkan kelancaran ASI dari kelenjar mammae (Suryani dan Astuti, 2013). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI berdasarkan analisis literatur.

## **METODE**

Pencarian artikel menggunakan metode literature review dengan pencarian melalui database elektronik, yaitu *PubMed*, *Science Direct*, dan *Google Scholar* dengan memasukkan kata kunci bahasa Indonesia dan bahasa Inggris meliputi pijat oksitosin/*oxytocin massage*, produksi ASI/*breast milk production*, ibu postpartum/*postpartum mother*, pijat payudara/*breast massage* serta menambahkan Boolean “OR” dan “AND”. Pencarian artikel ini meliputi kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Kriteria inklusi berupa artikel dengan topik pijat oksitosin pada ibu post partum yang dapat diakses *full text* dalam rentang publikasi 10 tahun terakhir (2013-2023). Adapun kriteria eksklusi telaah artikel ini adalah artikel dengan jenis penelitian *literature review*. Telaah artikel menggunakan metode *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis* (PRISMA) dengan 4 tahapan, yaitu identifikasi, skrining, kelayakan, dan hasil yang diterima. Pada tahap identifikasi ditemukan 907 artikel, setelah diskroning didapatkan 507 artikel, lalu pada tahap kelayakan didapatkan 7 artikel dan diputuskan bahwa 7 artikel tersebut dapat diterima.

## **HASIL**

Dari 7 artikel sebanyak 6 artikel berasal dari Indonesia dan 1 artikel berasal dari India. Dari 7 artikel 5 artikel jenis penelitiannya adalah *Quasy Experimental* dan 2 lainnya ialah *RCT*. Sampel penelitian paling banyak yaitu 60 orang yaitu pada penelitian (Anbarasi et al, 2022) dan paling sedikit sebanyak 19 orang yaitu pada penelitian (Pebrianthy, et al, 2021).

Tabel 1. Hasil Review Artikel

No	Judul	Tujuan Penelitian	Populasi dan Sampel	Jenis Penelitian	Intervensi/Prosedur	Hasil
1.	Pijat Oksitosin untuk Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Post Partum (Alfiatun et al., 2021)	Untuk mengetahui efektivitas pijat oksitosin pada peningkatan produksi ASI pada ibu post partum	<b>Populasi:</b> Ibu post partum yang ASInya belum keluar di Rumah Sakit Umum dr. Chasbullah Abdul Madjid <b>Sampel:</b> 20 orang ibu post partum	<i>Quasi-experimental</i>	Pijat oksitosin dilakukan selama 5 menit sebanyak 2 kali dalam 2 hari. Sebelum menerima pijat oksitosin, responden mengisi lembar observasi skala peningkatan produksi ASI dan sesudahnya kembali mengisi lembar observasi tersebut	1. Hasil rata-rata setelah diberikan terapi pijat oksitosin jumlah responden dengan produksi ASI yang kurang menurun menjadi 65% 2. Terdapat hasil yang signifikan pada produksi ASI pada ibu post partum ebelum dan setelah terapi pijat oksitosin
2.	Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja	Untuk mengetahui efektivitas pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post	Populasi: Ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Penggawa yaitu 65	<i>Randomized Control Trial (RCT)</i>	Pijat oksitosin dilakukan selama 3 hari	Kelompok pijat oksitosin 3,2 kali lebih lancar pengeluaran ASI dibandingkan dengan kelompok yang tidak

	Puskesmas Penggawa 2021 (Utami & Kartika, 2021)	Karya Tahun 2021 Karya Penggawa Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2021	partum di Wilayah Puskesmas Penggawa Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2021	responden Sampel: 30 orang ibu post partum			diberikan pijat oksitosin
3	The effect of oxytocin massage and breast care on the increased production of breast milk of breastfeedig mothers in the working are of the public health center of Lawanga of Poso District (Triansyah et al, 2021)	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin dan perawatan payudara terhadap peningkatan produksi ASI	Pengambilan sampel dilakukan melalui non-probability sampling dan purposive sampling, sehingga diperoleh 30 sampel. Data dikumpulkan dalam bentuk kuesioner, yang kemudian dianalisis menggunakan Mc Nemar	<i>Pre-experimetal research. One Group Pretest-Posttest design</i>	Pijat oksitosin pada punggung ibu selama 10 menit merangsang pelepasan oksitosin, yang dapat mempercepat keluarnya ASI. Selain itu, dilakukan perawatan payudara yang akan merangsang laktifer (hormon prolaktin) untuk mempercepat produksi ASI	Pijat oksitosin dan perawatan payudara diduga berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI berdasarkan frekuensi dan lama pemberian ASI serta berat badan bayi di Masyarakat Lawangan Puskesmas Kabupaten Poso	
4.	Effectiveness of oxytocin massage on promoting lactation among postpartum mothers at Saveetha	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pijat oksitosin terhadap	Ibu nifas berjumlah 60 orang yang direkrut menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria	<i>Randomized Control Trial (RCT)</i>	Pijat oksitosin diberikan selama 20 menit yang dibagi dalam dua sesi pagi dan sore selama kurang lebih 3 hari.	Hasil penelitian menyimpulkan bahwa skor perbedaan rata-rata pada kelompok eksperimen adalah 62,30 dan uji t hitung	

	medical college and hospital, Thandalam, Chennai	laktasi pada ibu nifas	inklusi dengan metode undian, 30 orang pada kelompok eksperimen dan 30 orang pada kelompok kontrol		Untuk kelompok kontrol, + = 14,942 ditemukan dilakukan perawatan signifikan secara statistik rutin di rumah sakit. Pada pada tingkat $p < 0,001$ yang hari ke 3 pasca kelahiran, menggambarkan dengan peserta penelitian dinilai jelas bahwa terdapat ulang pengeluaran peningkatan yang signifikan ASInya dengan pada ASI setelah sirkulasi menggunakan pompa pijat oksitosin pada payudara yang sama kelompok eksperimen ibu setelah satu jam post partum intervensi
5	The Effect Of Oxytocin Massage On The Smoothness Of Breast Milk In Postpartum Mothers In The Work Area Of The Lumut Health Care Central Tapanuli District In 2021	Untuk menganalisis pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Lumut Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2021	Populasi: Seluruh ibu postpartum yang mengalami ketidaklancaran pengeluaran ASI di wilayah kerja Puskesmas Lumut Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2021 Sampel: 19 orang dengan uji wilcoxon	<i>Quasy-experimetal design</i>	Perawatan atau pemijatan payudara, membersihkan putting, sering-sering menyusui bayi, menyusui dini serta pijat oksitosin Hasil penelitian ini didapatkan rerata kelancaran ASI pada ibu post partum sebelum dilakukan pijat oksitosin adalah 4,6316 (Kurang Lancar), sedangkan rerata kelancaran ASI pada ibu postpartum setelah dilakukan pijat oksitosin adalah 8,0526 (Lancar).

---

	(Lola Pebrianthy, Febrina Angraini Simamora, 2021)					
6	The Effectiveness of Oxytocin Massage with Breast Care Against Breast Milk Production in Post SC Mothers (Yakomina Mahulette,Mundarti, Masini, 2022)	Untuk mengetahui efektivitas pijat oksitosin dan perawatan payudara terhadap ibu postpartum SC	Populasi: Ibu pasca SC Sampel: 44 orang	<i>Quasy-experimetal design</i>	Sampel dibagi menjadi dua kelompok. Kelompok intervensi: Ibu setelah SC mendapat pijat oksitosin. Kelompok kontrol: Ibu setelah SC mendapat perawatan payudara. Pijat oksitosin dan perawatan payudara pada ibu post SC dilakukan 2 kali sehari pada pagi dan sore hari selama 3 hari selama 10 menit	Hasil penelitian didapatkan rerata penambahan berat badan bayi pada hari ke 3 pada kelompok intervensi adalah 85 gram dan pada hari ke 7 rerata penambahan berat badan bayi 256 gram. Sedangkan rerata penambahan berat badan bayi pada hari ke 3 kelompok kontrol adalah 52 gram dan pada hari ke 7 rerata penambahan berat badan bayi adalah 155 gram.

---

---

7	Potency of back message and acupressure increasing prolactin hormone levels in primipara postpartum; consideration for midwifery care (Anita et. al, 2020)	Untuk mengetahui potensi pijat punggung dan akupresur meningkatkan hormon prolaktin pada ibu nifas primipara yang diberikan pijat punggung dengan akupresur	30 ibu post partum primipara di Rumah Sakit Ibu dan Anak Siti Fatimah Makassar, Rumah Sakit Ibu dan Anak Siti Khadijah, dan Puskesmas Baraya Kota Makassar	<i>Quasy-experimetal design</i>	Intervensi yang diberikan berupa pijat punggung dan terapi akupresur pada titik LU1, CV17, dan S11 pada tubuh sebanyak 1 kali sehari setiap pagi dengan durasi 30 menit selama 3 hari berturut-turut kemudian dilakukan pengambilan darah pada hari ke 4 yaitu hari pertama, vena median cubiti pada lengan anterior untuk mengukur kadar hormon prolaktin menggunakan ELISA KIT dan membandingkan hormon prolaktin sebelum dan sesudah intervensi	Pengobatan pijat punggung dan akupresur pada ibu nifas primipara berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kadar hormon prolaktin
---	--	---	--	---------------------------------	--	---

---

## PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan oleh Alfiatun et al., (2021) mengungkapkan bahwa peningkatan produksi ASI yang dialami oleh ibu post partum di RSUD Kota Bekasi setelah dilakukan pijat oksitosin produksi ASI lebih banyak. Peningkatan produksi ASI dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Hormon oksitosin akan keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui isapan bayi atau melalui pijatan pada tulang belakang ibu bayi, dengan dilakukan pijatan pada tulang belakang ibu. Hal ini menunjukkan kesesuaian hasil penelitian dengan teori. Jika tidak dilakukan pijat oksitosin maka produksi ASI kurang dibanding dengan ibu yang dilakukan pijat oksitosin. Kelemahan pada artikel ini yaitu sampel yang digunakan pada penelitian ini hanya 20 orang dan kelebihan pada artikel ini yaitu penelitian ini menjelaskan terkait intervensi yang dilakukan, durasi, frekuensi dan instrumen yang digunakan.

Penelitian yang dilakukan oleh Utami & Kartika (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna signifikan antara pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI. Hasil analisis didapatkan bahwa kelompok pijat oksitosin berpeluang 3,2 kali lebih lancar pengeluaran ASI dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberikan pijat oksitosin (kompres air hangat). Sehingga pijat oksitosin lebih efektif terhadap pengeluaran ASI dibandingkan dengan kompres air hangat serta dapat mempercepat dan memperbanyak ASI ibu Post Partum. Kelemahan pada artikel ini yakni tidak menjelaskan terkait intervensi yang dilakukan yakni terkait durasi pemberian intervensi dalam satu hari dilakukan. Kelebihan pada artikel ini yaitu membandingkan intervensi antara pijat oksitosin dan kompres air hangat.

Penelitian yang dilakukan oleh Triansyah et al., (2021) menjelaskan bahwa pijat oksitosin dan perawatan payudara memengaruhi peningkatan produksi ASI. Pijat oksitosin memberikan kenyamanan dan rileks pada ibu dan merangsang pelepasan oksitosin sehingga dapat mempercepat keluarnya ASI, sedangkan perawatan payudara akan merangsang produksi laktifer (hormon prolaktin) untuk mempercepat produksi ASI. Kelemahan pada artikel ini yakni sampel yang digunakan pada penelitian ini hanya 30 orang dan kelebihan pada artikel ini yaitu kombinasi kedua metode menghasilkan hasil yang maksimal dan penjelasan intervensi sangat mendetail.

Penelitian yang dilakukan oleh Anbarasi et al., (2022) menjelaskan bahwa adanya keefektifan pijat oksitosin terhadap laktasi pada ibu nifas. Hasil penelitian ini dengan jelas menyatakan terdapat perbedaan hasil intervensi pre dan post test. Saat pijatan oksitosin

membangkitkan sumsum tulang belakang, meneruskan sinyal ke neurotransmitter medula oblongata untuk mencapai hipotalamus dan kelenjar hipofisis posterior melepaskan oksitosin yang memulai payudara memproduksi susu. Kelemahan pada artikel ini yakni sampel yang digunakan tidak dilihat pola makan, dan cara persalinan yang digunakan apakah akan memengaruhi produksi ASI. Kelebihan pada artikel ini yaitu sampel yang digunakan berjumlah 60 orang sehingga penelitian yang dilakukan teruji keefektifannya.

Penelitian yang dilakukan oleh Pebrianthy & Simamora (2021) menjelaskan bahwa bahwa rata - rata proses kelancaran pengeluaran ASI ibu postpartum lebih sedikit sebelum diberikan terapi pijat oksitosin karena ada beberapa hal yang memengaruhi keadaan psikis ibu, stres dan gelisah. Hal ini akan menghambat kerja hormon prolaktin dan oksitosin sehingga ASI hanya keluar sedikit saja. Maka dari itu ibu postpartum yang mengalami ketidaklancaran ASI harus mendapatkan intervensi agar ASI dapat keluar dengan lancar. Intervensi yang bisa dilakukan yaitu pijat oksitosin. Pada penelitian ini didapatkan hasil setelah dilakukan pijat oksitosin memiliki pengaruh terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Lumut Kabupaten Tapanuli Tengah tahun 2021. Kelemahan pada artikel ini yaitu penelitian ini tidak menjelaskan terkait intervensi yang dilakukan, durasi, frekuensi dan instrumen yang digunakan. Kelebihan pada artikel ini yaitu populasi pada penelitian ini yaitu diambil dari seluruh Ibu postpartum yang mengalami ASI tidak lancar di wilayah kerja Puskesmas Lumut Kabupaten Tapanuli Tengah.

Penelitian yang dilakukan oleh Yakomina Mahulette et al., (2022) menjelaskan bahwa menyusui merupakan proses yang sangat kompleks yang menunjuk pada ASI, dan hormon yang memengaruhi rangsangan mekanik, saraf dan berbagai kelenjar hormon, emisi oksitosin, yang dipengaruhi oleh refleksi hisapan bayi, pada ASI baru dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Oksitosin dilepaskan setelah merangsang rangsangan bayi atau dengan merangsang tekanan pada tulang belakang ibu, dan efek rangsangan penekanan tulang belakang adalah nyaman, rileks, nyeri, sehingga hormon oksitosin dilepaskan dan ASI segera keluar. Hasil dari penelitian ini pijat oksitosin sangat berpengaruh terhadap produksi ASI dan dapat membantu meningkatkan berat badan bayi, sekresi ASI meningkat dengan signifikan setelah dilakukan kombinasi pijat oksitosin dengan perawatan payudara. Kelebihan dari penelitian ini yaitu dalam penelitian dijelaskan waktu, durasi, dan cara pemberian intervensi serta membandingkan dengan intervensi lain dan melakukan kombinasi intervensi pijat oksitosin serta perawatan payudara.

Penelitian ini dilakukan oleh Nur Anita et al., (2019) salah satu faktor rendahnya frekuensi pemberian ASI adalah kurangnya rasa percaya diri ibu dalam memberikan ASI pada bayinya. Untuk mengatasi hal tersebut dilakukan pijat oksitosin yang bertujuan untuk meningkatkan hormon prolaktin. Pijat punggung dan akupresur merangsang produksi hormon prolaktin, hormon ini memengaruhi jumlah ASI, Titik-titik pemijatan pada payudara adalah satu titik di atas puting, tepat di puting, dan satu titik di bawah puting. Hasil dari penelitian ini setelah dilakukan pijat punggung dan akupresur pada ibu nifas primipara selama 3 hari berturut turut mendapatkan hasil yang berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kadar hormon prolaktin.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisa artikel di atas, dapat disimpulkan bahwa metode pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan produksi ASI dan memperlancar pengeluaran ASI pada ibu post partum. Pijat oksitosin memberikan kenyamanan dan rileks pada ibu dan merangsang pelepasan oksitosin sehingga dapat mempercepat keluarnya ASI, sedangkan perawatan payudara akan merangsang produksi laktifer (hormon prolaktin) untuk mempercepat produksi ASI pada ibu postpartum.

Dalam hal ini, perawat berperan dalam memberikan informasi dan pendampingan tentang teknik menyusui yang tepat, memberikan dukungan dan motivasi kepada ibu untuk mengatasi kecemasan yang mungkin muncul, membantu ibu untuk melakukan pijat oksitosin dengan cara melakukan pijatan lembut atau stimulasi payudara untuk merangsang produksi ASI salah satunya dengan pijat oksitosin, dan membantu ibu menemukan posisi menyusui yang nyaman dan efektif.

Pada penelitian selanjutnya, diharapkan mendapatkan informasi mengenai keterlibatan keluarga khususnya suami yang akan memengaruhi efektivitas intervensi pijat oksitosin pada ibu post partum melalui usia, pendidikan, maupun pekerjaan suami/keluarga.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Alfiatun, N., Aulya, Y., & Widowati, R. (2021). Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmiah Kesehatan Politeknik Medica Farma Husada Mataram*, 7(2), 98–103. <https://doi.org/10.33651/jpkik.v7i2.258>

- Anbarasi, E., Kalabarathi, S. K., & Padma, P. D. (2023). Effectiveness of oxytocin massage on promoting lactation among postpartum mothers at Saveetha medical college and hospital, Thandalam, Chennai. *Cardiometry*, 25, 197–203. <https://doi.org/10.18137/cardiometry.2022.25.197203>
- Anggraheni, S., & Wulandari, Y. (2021). Asuhan Keperawatan st partum dalam pemenuhankebutuhan nutrisi dan cairan: menyusui tidak efektif. 47(4), 124– 134. <https://doi.org/10.31857/s013116462104007x>
- Anita, N., Ahmad, M., Usman, A. N., Sinrang, A. W., Alasiry, E., & Bahar, B. (2020). Potency of back massage and acupressure on increasing of prolactin hormone levels in primipara postpartum; consideration for midwifery care. *Enfermería Clínica*, 30, 577–580. doi:10.1016/j.enfcli.2019.07.165
- Arma, N., et.al, 2017. Asuhan Kebidanan. Medan
- Armini NW, Marhaeni GA, Sriasih GK (2020). Asuhan Kebidanan Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Aromatherapy Lavender Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Wilayah kerja Puskesmas Batur I Kabupaten Banjarnegara.
- Armini, N. W., Sriasih, N. G. K. dan Marhaeni, G. A. 2017. *Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi, Balita & Anak Prasekolah*. Yogyakarta : ANDI.
- Asih Yusari & Risneni. 2016. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta:CV. Trans Info Media
- Mamuroh, L., S, S., Hermayanti, Y., & Nurhakim, F. (2018). Factor that Influence Lactation on Postpartum Mother. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 1(1), 100–108. <https://doi.org/10.36780/jmcrh.v1i1.10>
- Rahmawati, S. (2022). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Operasi Sectio Caesarea di Rsia Anugerah Medical Centre Kota Metro Tahun 2022 (Doctoral dissertation, Poltekkes Tanjungkarang).
- Risa Pitriani, & Rika Andriyani. (2014). *Panduan Lengkap Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Normal*. CV Budi Utama. [www.deepublish.co.id](http://www.deepublish.co.id)
- Sukmawati, Nugraha, A., Dwi, A., Nisa Apriliani, A., Ramdani, A., Nugraha, A., & Puja Yarsita, T. (2020). Intervensi Meningkatkan Produksi Asi: Literatur Review. *Journal of Maternity Care and Reproductive*, 3(4), 196–215.
- Suryani, E. dan Widhi Astuti., 2013. Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu Post Partum di BPM Wilayah Kabupaten Klaten. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*. 41-155.
- Triansyah, A., Stang, Indar, Indarty, A., Tahir, M., Sabir, M., Nur, R., Basir-Cyio, M., Mahfudz, Anshary, A., & Rusydi, M. (2021). The effect of oxytocin massage and breastcare on the increased production of breast milk of breastfeeding mothers in the working area of the public health center of Lawanga of Poso District. *Gaceta Sanitaria*, 35, S168–S170. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.017>
- Utami, I. T., & Kartika, S. (2021). Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Penggawa.
- World Health Organization(WHO). 2018. Maternal Mortality. In: Reproduction Health and Research, editor. Geneva: World Health Organization