



Penerapan Pijat Oksitosin dan Marmet untuk Meningkatkan Produksi ASI Ibu Nifas

Fatmawati Ibrahim¹

¹Universitas Hasanuddin, Jl. Perintis Kemerdekaan No. KM. 10, Tamalanrea Indah, Kec. Tamalanrea, Kota Makassar, Sulawesi Selatan, 90245, Indonesia

Email: fatmawatiibrahim@poltekkesgorontalo.ac.id¹

ABSTRAK

ASI sangat dibutuhkan oleh bayi karena ASI banyak mengandung vitamin yang di butuhkan untuk pertumbuhan otak bayi yang sedang mengalami perkembangan pesat sejak usia 0-6 bulan sampai usia 2 tahun, apa bila bayi kurang gizi maka sel yang ada pada bayi akan menyusut sampai mencapai 15% hingga 20% , Namun demikian masih banyak ibu nifas tidak bisa mengeluarkan ASI dengan baik dan lancar, Pengeluaran ASI merupakan suatu interaksi yang sangat berhubungan erat antara rangsangan mekanik, saraf serta hormon yang berpengaruh terhadap pengeluaran oksitosin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin dan Teknik marmet terhadap produksi ASI pada Ibu nifas. Jenis penelitian ini menggunakan rancangan quasi eksperimen, dengan pre and post test design. Sebanyak 20 responden purposive sampling. Data dianalisa menggunakan uji statistik "Wilcoxon". Hasil uji wilcoxon didapatkan nilai mean pre and post test pijat oksitosin adalah 4,7 dengan value 0,005 dan teknik marmet nilai mean 4,5 dengan p-value 0,004. Kesimpulan, pijat oksitosin lebih efektif dibanding teknik marmet terhadap produksi ASI Ibu nifas di Puskesmas.

Kata kunci: ASI, Pijat Oksitosin, Teknik Marmet

ABSTRACT

Breastmilk is needed by babies because of its vitamins that are needed for the growth of the baby's brain which is undergoing rapid development from the age of 0-6 months to the age of 2 years, what if the baby is malnourished then the cells in the baby will shrink to 15% up to 20%, Unfortunately, many postpartum mothers cannot express breast milk properly and smoothly. Breastfeeding is a very closely related interaction between mechanical, nervous, and hormonal stimuli that affect the release of oxytocin. This study aims to determine the effect of oxytocin massage and market technique on breast milk production in postpartum mothers. This research uses a quasi-experimental design, with pre and post-test design. The number of samples was 20 respondents with purposive sampling. Data analysis in this study "Wilcoxon" the results the mean pre and post-test for oxytocin massage were 4.7 with a p-value 0.005 and the Marmet technique had a mean value of 4.5 with a p-value 0.004. In conclusion, oxytocin massage was more effective than the marmet technique on postpartum mother's milk production at the Health Center.

Keywords: Breastmilk, Oxytocin Massage, Marmet

PENDAHULUAN

Air susu ibu dapat meningkatkan kualitas generasi muda bangsa. Setiap bayi yang diberikan ASI akan mendapatkan kekebalan tubuh secara alami terhadap berbagai penyakit dikarenakan ASI banyak mengandung antibodi dan zat kekebalan aktif yang bisa melawan masuknya infeksi ke dalam tubuh bayi. Namun demikian, tidak semua ibu postpartum langsung dapat mengeluarkan ASI. Hal ini dikarenakan pengeluaran ASI merupakan suatu interaksi yang kompleks antara rangsangan mekanik, saraf dan berbagai macam hormon yang berpengaruh terhadap pengeluaran oksitosin (Wahyuni and Purnami 2020; Magdalena, Aulia dina, Usraleli, Meli 2020; Wahyuni and Purnami 2021; Hastutil 2018).

Menyusui secara optimal dapat menyelamatkan lebih dari 800.000 anak di bawah umur 5 tahun pada setiap tahunnya. Ada beberapa cara yang tepat yang bisa mempertahankan produksi pemberian ASI yaitu sesering untuk mungkin menyusui bayi. UNICEF dan WHO menyarankan agar bisa dilakukan inisiasi menyusui dini dalam waktu 1 jam setelah melahirkan. Bayi yang sudah diberikan susu formula akan kecil kemungkinan untuk kembali ke ASI lagi. Hal ini dikarenakan produksi ASI sudah berkurang, oleh sebab itu WHO menegaskan pentingnya pemberian ASI saja (eksklusif) pada bayi sejak lahir

sampai berumur 6 (enam) bulan (Dewi 2017; Rochmawati et al. 2021).

Pemberian ASI penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak (Astutik, 2014). ASI mengandung ASI pertama yang tinggi antibodi karena mengandung protein dari sistem kekebalan dan bakterisida tingkat tinggi, dan menyusui hanya dapat mengurangi risiko kematian bayi. Dari hari ke-1 hingga ke-3, susu pertama berwarna kekuningan. ASI dari hari ke 4 hingga hari ke 10 memiliki lebih sedikit imunoglobulin, protein, laktosa, lebih banyak lemak dan kalori, dan putih ASI dibandingkan ASI pertama. ASI tidak hanya mengandung nutrisi, tetapi juga zat yang dapat diserap dalam bentuk enzim unik yang tidak mengganggu enzim di usus. Karena susu formula tidak mengandung enzim, penyerapan makanan bergantung pada enzim di usus bayi. Zat anti infeksi dalam ASI melindungi bayi Anda dari berbagai penyakit (Haryanto, Anra, and Pratiwi 2017; Liliana and Wahyuningsih 2020; Harahap, SN, and Andina 2020; Di and Sri 2021).

Proporsi pemberian ASI pada bayi berumur 0-5 bulan hanya sebesar 37,3%, ini membuktikan betapa rendahnya capaian ASI dan masih jauhnya dari target nasional yang harus dicapai yaitu 80%. (Magdalena, Aulia dina, Usraleli, Meli 2020; Lestari, Attamimi, and Lestari 2021). Persentase untuk IMD hanya 34,5

%, dan untuk proses mulai menyusui 1-6 jam 35,2 %, dan kemudian untuk proses menyusui mulai 7-23 jam 3,7 %, serta proses mulai menyusui 24-47 jam 13,0 %, dan proses mulai menyusui lebih dari > 48 jam 13,7 %. Untuk Provinsi Gorontalo proses mulai menyusui kurang dari satu jam (<1 jam) 42,7%, dan untuk proses mulai menyusui 1-6 jam 35,0%, selanjut untuk proses menyusui mulai 7-23 jam 1,8%, proses mulai menyusui 24-47 jam 11,6%, dan proses mulai menyusui lebih dari (> 48 jam) 8,9 %. Dan untuk tahun 2017, prevalensi Ibu yang memberikan ASI Eksklusif yakni berkisaran 31,36% saja (2013 n.d.; Tim riskesdas 2019).

Berdasarkan data yang diperoleh dari profil kesehatan Indonesia pada tahun 2017, untuk capaian cakupan presentasi bayi yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia yaitu berkisaran 61,33% (Kemenkes, 2018). Pemerintah sudah menargetkan untuk pencapaian ASI Eksklusif di Indonesia sebesar 80%, akan tetapi masih belum tercapai sampai pada saat ini. Adapun upaya untuk meningkatkan cakupan tersebut dengan cara memberikan informasi yang benar serta tepat betapa pentingnya untuk pemberian ASI eksklusif bagi ibu sehingga bisa meningkatkan kesadaran masyarakat betapa pentingnya dalam pemberian ASI Eksklusif pada bayi (Nurainun Elis 2021;

Nurfija and Murni 2019; Rumini, Sartika, and Saragi 2019).

Dalam pemberian ASI terdapat kendala yaitu produksi ASI lebih sedikit pada hari pertama setelah melahirkan. Ibu yang tidak memberikan ASI pada bayinya di hari pertama dikarenakan ibu merasa cemas serta merasa takut sehingga mengakibatkan produksi ASI berkurang. Pada bulan pertama ibu-ibu berhenti menyusui bayinya ini disebabkan karena puting lecet, kemudian payudara membengkak sehingga kesulitan dalam melakukan perlekatan secara benar serta persepsi tentang ketidakcukupan produksi ASI, sehingga ibu merasa tidak yakin untuk memberikan ASI pada bayinya (Arniyanti Andi 2020; Lestari, Attamimi, and Lestari 2021; Dzikry and zikzik 2019; Wahyuni and Purnami 2020).

Salah satu faktor pengeluaran ASI dipengaruhi oleh faktor hormone oksitosin. Pada saat ibu menyusui bayinya maka mulut bayi menyentuh puting payudara, sehingga sel saraf yang berada di payudara bisa mengirim sinyal ke otak sehingga bisa melepaskan oksitosin. Pelepasan oksitosin bermanfaat untuk merangsang otot polos yang berada di kelenjar mammae, ini bertujuan agar bisa mengeluarkan ASI melalui lobus serta ductus. Ketika jumlahnya meningkat, hormon oksitosin kelenjar yang berada di payudara dan saluran ASI berkontraksi dan menyalurkan

ASI melalui puting payudara. Tetapi untuk hal ini oksitosin hanya bisa membantu melepaskan ASI dari dalam tubuh. Namun hormon oksitosin ini tidak bisa memengaruhi jumlah ASI yang diproduksi dalam tubuh dikarenakan produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin (Arniyanti Andi 2020; Magdalena, Aulia dina, Usraleli, Meli 2020; Nurainun Elis 2021; Febriyanti, Sanjaya, and Poniah 2021).

Cara yang bisa membantu pengeluaran ASI secara maksimal dapat dilakukan dengan pijatan pada pasca persalinan. Beberapa manfaatnya yaitu tubuh menjadi relaks, mengurangi rasa sakit, menghilangkan stress, meningkatkan kualitas tidur, membantu proses menyusui, serta dapat memperbaiki keseimbangan hormon pasca persalinan (Wulandari, Kustriyani, and Aini 2018).

Menyusui mempengaruhi produksi ASI. Menyusui menunjukkan bahwa bayi Anda mengisap susu sampai kosong. Oleh karena itu, ketika susu kosong, diganti dengan susu baru, tetapi ketika susu kosong, itu hanya kosong jika kosong. Sisa ASI perlu dipompa dan bisa disimpan untuk menyiapkan ASI saat ibu pergi bekerja di luar rumah. Dianjurkan untuk menyusui bayi Anda tanpa jadwal, karena bayi akan menentukan kebutuhannya. Bayi pada awalnya makan dengan jadwal yang tidak teratur dan mengikuti pola tertentu

selama 12 minggu. Bayi yang sehat dapat mengosongkan payudara dalam waktu sekitar 57 menit, dan ASI dalam perut bayi akan kosong dalam waktu 2 jam. (Nugraheni and Heryati 2017; Nurfija and Murni 2019; Gobel and Mobiliu 2019).

Cara mengatasi ketidaklancaran dalam produksi ASI yaitu melakukan pijat oksitosin. Beberapa penelitian menunjukkan hasil bahwa pijatan mampu meningkatkan kadar oksitosin. (Irianti and Simamora 2021) (D. R. Lubis and Anggraeni 2021). Peningkatan oksitosin akan memberikan manfaat pada ibu, diantaranya ibu akan terasa tenang, rileks, dan meningkatkan ambang rasa nyeri serta bisa menjalin kasih sayang dari ibu terhadap bayinya (Wulandari, Kustriyani, and Aini 2018; D. R. Lubis and Anggraeni 2021; Arniyanti Andi 2020). Selain itu manfaat pijat oksitosin dapat mengurangi bengkak, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Selistiyaningtyas and Pawestri 2021; Nurfija and Murni 2019; Doko, Aristiati, and Hadisaputro 2019; Arum and Rejeki sri 2020). Selain pijat oksitosin terdapat pijat marmet, yaitu kombinasi antara cara memerah ASI dan memijat payudara sehingga pengeluaran ASI bisa meningkat. Teknik dengan cara marmet memerah ASI mempunyai tujuan untuk mengosongkan ASI sari sinus

latiiferus yang berada dibawah areola sehingga dapat diharapkan dengan cara mengosongkan ASI dari sinus latiferes hormon prolaktin akan terangsang sehingga dapat memicu terjadinya peningkatan produksi dari ASI (Selistiyaningtyas and Pawestri 2021; Nurfija and Murni 2019; Mulyani 2021; A. U. N. Lubis and Parinduri 2021).

Dengan memijat areola ibu sejak dini, sangat membantu untuk mendukung proses pengeluaran ASI. Pasien post partum yang mendapat intervensi pada usia 12 jam mendapat ASI pada usia 18 jam. Pijat pada alai kelenjar susu merangsang pelepasan oksitosin, sehingga memudahkan proses pengeluaran ASI. Becker (2015) melakukan penelitian di bangsal neonatus. Studi tersebut menjelaskan bahwa ibu menyusui perlu rileks secara mental agar dapat memproduksi lebih banyak ASI. Selain itu, pemijatan bisa dilakukan saat mengosongkan atau memompa. Memperhatikan teknik-teknik tersebut akan membuat proses menyusui menjadi lebih efektif (Nurfija and Murni 2019).

Teknik pijatan oksitosin dan marmet terbukti mampu meningkatkan pengeluaran oksitosin, namun belum terlihat teknik mana yang lebih efektif, oleh sebab itu penelitian ini bertujuan untuk membandingkan pengaruh pijat oksitosin dan marmet dalam

meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas di Kabupaten Boalemo.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *Quasi Experiment* yang dilakukan dari bulan Juni sampai dengan Juli 2018. Sampel pada penelitian ini adalah ibu nifas normal yang berada di Puskesmas Kabupaten Boalemo berdasarkan kriteria inklusi berjumlah 20 responden yang dipilih secara *purposive sampling*. Analisis data dilakukan dengan uji statistik alternatif *wilcoxon*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1 Karakteristik Responden di Puskesmas Kabupaten Boalemo

Karakteristik	N	%
Umur		
17-25	8	40.0
26-35	12	60.0
Paritas		
Primipara	12	60.0
Multiparaa	8	40.0
Pendidikan		
SD	1	5.0
SMA	13	65.0
PerguruanTinggi	6	30.0
Pekerjaan		
Bekerja	5	25.0
Tidak Bekerja	15	75.0

Sumber: Data Primer

Hasil distribusi frekuensi dari 20 responden, didapatkan gambaran karakteristik seperti tampak pada Tabel 1. Pada tabel tersebut dapat dilihat bahwa sebagian besar (60%) ibu berada pada usia produktif dan aman bereproduksi dan

primipara. Lebih dari separuh sampel (65%) ibu merupakan lulusan SMA dan (75%) ibu tidak bekerja.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden sebelum dan sesudah pijat Oksitosin serta marmet di Puskesmas Kabupaten Boalemo

Kategori	Oksitosin		Marmet	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
Tidak lancar	10 (100%)	0 (0%)	10 (100%)	0 (0%)
Lancar	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	10 (100%)

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa seluruh ibu nifas sesudah dilakukannya intervensi pijat oksitosin dan teknik marmet mengalami peningkatan produksi ASI.

Tabel 3. Efektivitas Pijat Oksitosin dan Teknik marmet terhadap produksi Air Susu Ibu nifas normal di Puskesmas Kabupaten Boalemo

Variabel	Perubahan produksi Air Susu Ibu		Mean Difference	p- value
	Pretest Mean (SD)	Posttest Mean (SD)		
Pijat oksitosin	3,80 (0,422)	8,50 (0,850)	4,7	0,005
Teknik marmet	3,80 (0,422)	8,30 (0,823)	45	0,004

Sumber: Data Primer

Hasil yang di peroleh dari tabel 3 data yang telah diteliti oleh peneliti di Puskesmas Kabupaten Boalemo menunjukkan bahwa responden yang dilakukan pijat oksitosin mengalami peningkatan produksi ASI yaitu sebanyak 10 orang dengan nilai *mean* 4,7 dibanding responden yang dilakukan teknik marmet dengan nilai *mean* 4,5 dengan jumlah

responden 10. Berdasarkan hasil uji *wilcoxon* dilakukan dengan menggunakan SPSS Versi 16, menunjukkan hasil *p value* 0,005 pada pijat oksitosin, sedangkan teknik marmet menunjukkan *p value* yaitu 0,004, sehingga bisa disimpulkan bahwa pijat oksitosin dan teknik marmet efektif terhadap produksi ASI nifas normal. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yaitu ada efektivitas pijat oksitosin dan Teknik marmet terhadap produksi ASI ibu nifas di Puskesmas Kabupaten Boalemo.

Pembahasan

Dari 10 responden sebelum dilakukan perlakuan pijat oksitosin saat (pretest) yang mengalami permasalahan pada produksi ASI sebanyak 10 responden dengan nilai rata-rata 3,8 dan setelah dilakukan perlakuan (posttest) 10 responden tersebut mengalami perubahan produksi ASI yang meningkat dan dari jumlah 10 responden dengan nilai rata-rata 8,5. Sebelum dilakukan perlakuan Teknik marmet saat (pretest) yang mengalami permasalahan pada produksi ASI sebanyak 10 responden dengan nilai rata-rata 4 dan setelah dilakukan perlakuan (posttest) 10 responden tersebut mengalami perubahan produksi ASI yang meningkat dengan nilai rata-rata 8,3.

Kelancaran produksi ASI di pengaruhi dari frekwensi menyusui, akan tetapi masih

banyak ibu yang belum mengetahui informasi tentang frekuensi serta cara menyusui yang benar serta tepat. Bayi yang tidak puas menyusu akan sering menangis, rewel, serta tinja bayi keras. Salah satu faktor yang menyebabkan produksi ASI berkurang yaitu kegagalan bayi untuk menyusu yang berhubungan dengan rangsangan isapan pada payudara dengan produksi oksitosin dan prolaktin untuk memproduksi air susu, sehingga tidak diherankan lagi sekitar 35% ibu memberikan makanan tambahan pada bayi sebelum mencukupi usia enam bulan dikarenakan ibu menganggap ASInya kurang mencukupi (Liliana and Wahyuningsih 2020; Nababan et al. 2021; Mardhiah, Maulidanita, and Agustina 2021; Febriyanti, Sanjaya, and Poniah 2021)

Hal ini sesuai dengan pernyataan dalam bukunya Prasetyonos (2012) yang berjudul *"The Exclusive Breastfeeding Smart Book"* yang menyatakan bahwa bayi harus segera disusui setelah ibunya dilahirkan. Mendukung produksi ASI. Gerakan refleks bayi baru lahir saat menghisap puting susu ibu mencapai puncaknya pada 2030 menit setelah bayi lahir. Jika ibu memberi makan bayinya terlambat, refleksnya akan melemah (Gobel and Mobiliu 2019).

Hormon prolaktin dan oksitosin sangat berperan penting dalam kecukupan produksi ASI (Rahayu dkk, 2015), ada

beberapa reflek pada ibu yang berpengaruh dalam proses laktasi adalah reflek prolaktin dan reflek aliran. Apabila oksitosin sedikit, maka let down reflex akan terhambat mengakibatkan ASI tidak bisa keluar melalui payudara (Liliana and Wahyuningsih 2020; Hastutil 2018; Wahyuni and Purnami 2021; Di and Sri 2021; Harahap, SN, and Andina 2020).

Penerapan kombinasi pijat oksitosin dan pijat marmet efektif untuk meningkatkan produksi ASI terhadap ibu postpartum. Pijat marmet dan pijat oksitosin ini merupakan salah satu beberapa alternative dalam tindakan non farmakologis yang bisa membantu untuk merangsang pengeluaran produksi ASI. Setelah pada ibu postpartum yang ditandai dengan adanya pengeluaran ASI yang cukup dengan rerata 1,167 ml (Selistyaningtyas and Pawestri 2021; D. R. Lubis and Anggraeni 2021; Nisa, Rahayu, and Pratamaningtyas 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian. (Yushida and Zahara 2021) yang dilakukan kepada ibu postpartum yang menunjukkan peningkatan yang signifikan produksi ASI pada kelompok yang dilakukan pijat oksitosin dibanding kontrol.

Memberikan ASI yang maksimal merupakan strategi untuk generasi penerus akan datang. Jumlah ASI yang cukup bisa mempengaruhi pertumbuhan dan

perkembangan bayi jika ASI diberikan secara eksklusif (Renityas 2020).

Pemberian ASI secara optimal merupakan hal yang sangat bernilai dalam kehidupan seorang bayi karena ASI merupakan makanan yang sangat ideal yang mengandung lemak, protein, dan air dalam jumlah yang tepat untuk pencernaan, perkembangan otak, dan pertumbuhan bayi yang tidak dapat ditiru oleh susu formula apapun (A. U. N. Lubis and Parinduri 2021; Nababan et al. 2021; D. R. Lubis and Anggraeni 2021).

Masalah yang sering ditemui banyak ibu postpartum memiliki ASI yang tidak lancar, dan salah satu cara yang bisa dilakukan adalah pijat oksitosin, yaitu untuk memperlancar ASI. Teori diatas didukung oleh penelitian yang dilakukan di RS Mitra Sejati Medan, yang menunjukkan ada perbedaan lama pengeluaran kolustrum pada kelompok metode pijat oksitosin dan totok payudara. Dimana metode kelompok pijat oksitosin lebih efektif dalam pengeluaran kolustrum terlihat dari nilai mean rank metode pijat oksitosin lebih rendah dibandingkan dengan metode totok payudara (Safina, Puji, and Dwi 2020; Liliana and Wahyuningsih 2020).

Di dalam penelitian lain diperoleh nilai rata-rata dalam produksi ASI sebelum dilakukan intervensi berjumlah 603,41 dan meningkat menjadi 766,11 setelah

diberikan intervensi dengan pijat marmet. Setelah diberikan terapi pijat marmet mendapatkan nilai rata-rata tingkat produksi ASI sebesar 162,70 dengan p value 0,000 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. Sehingga peneliti berkesimpulan bahwa adanya pengaruh yang signifikan pemberian terapi pijat marmet terhadap peningkatan produksi ASI (A. U. N. Lubis and Parinduri 2021; Wahyutri et al. 2021; Maryam, Sastrawan, and Menap 2020).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Endah & Mardinarsah (2011) mendapatkan hasil bahwa pijat oksitosin berpengaruh terhadap jumlah produksi ASI. Penelitian sama juga telah dikemukakan oleh Rahmawati (2013), bahwa ibu nifas berpeluang besar memiliki ASI yang lancar sejak mendapat intervensi pijat oksitosin dibandingkan dengan kelompok kontrol (Mulyani 2021; Irianti and Simamora 2021; D. R. Lubis and Anggraeni 2021; Nugraheni and Heryati 2017).

Salah satu cara untuk mengosongkan ASI yaitu menggunakan teknik marmet, teknik ini merupakan gabungan antara memerah ASI dan memijat payudara pada sinus laktiferus yang tujuannya untuk merangsang pengeluaran prolaktin. Pengeluaran hormon prolaktin diharapkan bisa merangsang mammary alveoli dalam memproduksi ASI, karena semakin banyak ASI yang dikeluarkan dari

payudara maka akan semakin bagus untuk produksi ASI dipayudara ibu (Wahyuni and Purnami 2020).

Berdasarkan uraian diatas menunjukkan bahwa pemberian pijat oksitosin ibu akan merasa lebih rileks, tenang, serta nyaman sehingga hormon oksitosin bisa meningkat dan dapat mengeluarkan endorfin (*endogenous opiates*) yang berasal dari dalam tubuh yang mempunyai peranan penting dalam mengeluarkan prolaktin yang bisa memicu serta mempertahankan sekresi ASI di dalam kelenjar mammae (Arniyanti Andi 2020; Maryam, Sastrawan, and Menap 2020; Wahyutri et al. 2021).

Peran tenaga kesehatan dalam memberikan dukungan psikologis tidak terlepas dari upaya ibu untuk meningkatkan produksi ASI. Anjuran menyusui sangat diperlukan terutama bagi ibu yang baru menyusui dan belum mengetahui cara menyusui yang benar, serta untuk intervensi menyusui dan pemberian suplemen makanan pelicin ASI yang menyebabkan masalah menyusui pada beberapa hari pertama. Menyusui seperti produksi ASI rendah, ASI tidak lancar dan tidak turun (Gobel and Mobiliu 2019; Wahyutri et al. 2021).

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan bahwa pijat oksitosin lebih efektif dibanding teknik marmet sehingga

perlu disarankan kepada petugas kesehatan untuk mengajarkan serta sebagai bentuk intervensi pada ibu hamil dan bersalin, karena ini bisa dilakukan oleh suami ataupun keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ucapkan terima kasih kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Gorontalo dan Kepala Puskesmas di Kota Gorontalo yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Arniyanti Andi, Angraeni Dian. 2020. "Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Rumah Sakit Khusus Daerah Ibu Dan Anak Siti Fatimah Makassar." *Mitrsehat X*(1): 1–11.
- Arum, Cahyani galuh ike, and Rejeki sri. 2020. "Aplikasi Pemberian Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post- Partum." 3: 406–14.
- Dewi, Umbarsari. 2017. "Efektifitas Pijat Oksitosin Terhadap Penegeluaran Asi Di RSIA Annisa Tahun 2017." *Jurnal Ilmu Kesehatan* 1(1): 11–17.
- Di, Postpartum, and Klinik Sri. 2021. "Pengaruh Pijat Woolwich Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Klinik Sri Wahyuni." *Jurnal dopler* 5(1): 20–26.
- Doko, Tabita Mariana, Kun Aristiati, and Suhoryo Hadisaputro. 2019. "Pengaruh Pijat Oksitosin Oleh Suami Terhadap Peningkatan Produksi Asi

- Pada Ibu Nifas.” *Jurnal Keperawatan Silampari* 2(2): 66–86.
- Dzikry, itz, and om zikzik. 2019. “Perbandingan Efektifitas Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Matur Pada Ibu Nifas.” *Accelerating the world’s research*.
- Febriyanti, Hellen, Riona Sanjaya, and Poniah. 2021. “Pemberian Estrak Daun Torbangun Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran ASI Dan Kenaikan Berat Badan Bayi.” *Journal Of Research in Social Science and Humanities* 1(1): 17–22.
- Gobel, Van Hafni, and Suwarli Mobiliu. 2019. “Kombinasi Pijat Oksitosin, Teknik Marmet, Pemberian Ekstrak Daun Katuk Terhadap Produksi Air Susu Ibu.” *Jambura Health and Sport Journal* 1(1): 20–25.
- Harahap, Mustika Hana, Tengku Hartian SN, and Ria Andina. 2020. “Efektifitas Pemanfaatan Labu Siam (Sechum Eduule) Dengan Metode Rebus, Kukus Dan Goreng Terhadap Peningkatan Produksi Asi.” *Jurnal kebidanan malahayati* 7(2): 168–76.
- Haryanto, Tonny, Hengky Anra, and Helen Sasty Pratiwi. 2017. “Aplikasi Augmented Reality Sebagai Mediapembelajaran Materi Pembelahan Sel Dalam Mata Pelajaran Biologi.” *Jurnal Sistem dan Teknologi Informasi (JUSTIN)* 5(2): 164–68.
- Hastutil, Pri. 2018. “Pengeruh Kecemasan Pandemi Covid - 19 Terhadap Penegeluaran Asi Ibu Menyusui Di Rumah Sakit Bundaathahira Bantul.” *Jurnal Ilmiah kebidanan* 9(1): 82–89.
- Irianti, Evi, and Yenni Remot Simamora. 2021. “Pijat Oksitosin Berperan Untuk Meningkatkan Pengeluaran Asi Pada Ibu Postpartum Primipara.” *Colostrum Jurnal kebidanan* 2(2): 47–50.
- Lestari, Yunita, Has’ad Rahman Attamimi, and Nina Lestari. 2021. “Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Pengeluaran Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Post Partum Di Puskesmas Unit II Sumbawa Tahun 2020/2021.” *Journal of Innovation Research and Knowledge* 1(4): 613–18.
- Liliana, Anita, and Melania Wahyuningsih. 2020. “Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di PKU Muhammadiyah Bantul.” *Community of Publishing in Nursing* 8(4): 416–24.
- Lubis, Ayu Ulfah Nur, and Nikmah Choiriah Parinduri. 2021. “Hubungan Pijat Oxitocin Dan Perawatan Payudara Masa Antenatal Dengan Kecepatan Sekresi ASI Postpartum Di Klinik Bidan Novi.” *Jurnal Bidan Komunitas* 4(3): 108–16.
- Lubis, Dinni Randayani, and Legina Anggraeni. 2021. “Pijat Oksitosin Terhadap Kuantitas Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Yang Memiliki Bayi Berusia 0-6 Bulan.” *Jurnal Kebidanan Malahayati* 3(7): 576–83.
- Magdalena, Aulia dina, Usraleli, Meli, idayanti. 2020. “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Rawat Jalan Pekanbaru.” *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi* 20(2): 344–48.

- Mardhiah, Ainun, Riska Maulidanita, and Winda Agustina. 2021. "Efektifitas Lactation Massage Terhadap Pengeluaran Colostrum Pada Ibu Nifas." 7(2): 161–66.
- Maryam, Baiq, Sastrawan, and Menap. 2020. "Pijat Marmet Sebagai Solusi Produksi Asi Ibu Menyusui Di Kecamatan Sikur Kabupaten Lombok Timur." *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan* 4(3): 32–34.
- Mulyani, Irma. 2021. "Diference In Breast Milk Expenditure Postpartum Mothers Before And After Oxitosin Massage." *Jurnal Stikes Muhamadiyah Ciamis* 8(1): 1–13.
- Nababan, Tiarnida et al. 2021. "Efektifitas Woolwich Massage Terhadap Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Nifas Di Klinik Pratama Sunggal Tahun 2021." *Journal of Health, Education and Literacy (J-Healt)* 3(2): 129–34.
- Nisa, Iza Novia Zahratun, Dwi Estuning Rahayu, and Susanti P Pratamaningtyas. 2021. "Pengaruh Teknik Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonorejo Kabupaten Kediri." *Asuhan Kesehatan* 12(1): 34–37.
- Nugraheni, Diah eka, and Kosma Heryati. 2017. "Metode Speos (Stimulasi Pijat Endorphin , Oksitosin Dan Sugestif) Dapat Meningkatkan Produksi Asi Dan Peningkatan Berat Badan Bayi." *Jurnal Keseshatan VIII*(1): 1–7.
- Nurainun Elis, Susilowati Endang. 2021. "Pengaruh Oijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas : Literatur Kevieu." *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa* 7(1): 20--26.
- Nurfija, Juninda, and NiNengah Arini Murni. 2019. "Perbedaan Antara Kombinasi Massage Wollwich Dan Massage Rolling Dengan Teknik Marmet Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Diwilayah Kerja Puskesmas Karang Pule." *Jurnal Midwifery Update (MU)*: 129–33.
- Renityas, Nevy Norma. 2020. "Pengaruh Acupresure Terhadap Kecukupan ASI Pada Ibu Post Partum SC Hari Ke 7." *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)* 7(2): 293–300.
- Rochmawati, Arini Kusmintarti, Veronica Fary, and Liana Elfaristo. 2021. "Meningkatkan Kapasitas Ibu Menyusui Melalui Penyuluhan Kesehatan Mengenai Pemberian ASI Eksklusif Selama Masa Pandemi COVID-19." *Jurnal Abdimas (Journal of Community Service): Sasamb* 3(2): 76–82.
- Rumini, Dewi Sartika, and Riheny Lia Lovely Saragi. 2019. "Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Air Susu Ibu Didesa Nag Pematang Simalungun Kecamatan Sianatar Kabupaten Simalungun." *Jurnal bidan komunitas III*(1): 1–8.
- Safina, Rukmawati, Astutik Puji, and retroningrum ambar Dwi. 2020. "Method (Stimulation Endorphin, Oxytosin and Sugestive) to Increase The Production of Breast Milk and Involution of Uters On Post Partum." 9(2): 1207–11.
- Selistiyaningtyas, septiani Rinti, and Pawestri. 2021. "Pemberian Pijat

- Marmet Dan Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Asuhan Keperawatan Ibu Post Partum Dengan Sectio Caesarea.” *Jurnal unimus* 2(1): 61–68.
- Tim riskesdas. 2019. “Laporan Provinsi Gorontalo Riskesdas 2018.”
- Wahyuni, Endah Tri, and Ratna Wulan Purnami. 2020. “Kombinasi Massage Nape Dan Teknik Marmet Terhadap Percepatan Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum.” *Jurnal Kesehatan* 11(2): 236–42.
- . 2021. “Upaya Memperbanyak Asi Dengan Terapi Woolwich Massage Pada Ibu Menyusui.” *Jurnal Abdimas Madani* 3(2): 1–4.
- Wahyutri, Endah, Kusmini Suprihatin, Jasmawati, and Rosalin Ariefah Putri. 2021. “Efektifitas Pijat Loving Armet Laktasi Terhadap Volume Asi Dan Intensitas Nyeri Pada Payudara.” *Husada Mahakam : Jurnal Kesehatan* 11(1): 21–28.
- Wulandari, Priharyanti, Menik Kustriyani, and Khusnul Aini. 2018. “Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum Melalui Tindakan Pijat Oksitosin.” *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia* 2(1): 33–49.
- Yushida, and Evi Zahara. 2021. “Efektifitas Pijat Oksitosin Dengan Penyuluhan Teknik Menyusui Menggunakan Leaflet Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Primipara.” *Jurnal SAGO* 2(25).