

PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI TPMB HJ. MEGAWATI DI WILAYAH PUSKESMAS GEUMPANG

Jihan Baihirah¹⁾ Fatiyani²⁾ Sulastri³⁾ Anita⁴⁾

^{1,2,3,4,5}Poltekkes Kemenkes Aceh. Aceh Besar
Email: jihanbaihirahgp@gmail.com

ABSTRAK

Rendahnya produksi air susu ibu (ASI) pada masa nifas merupakan masalah umum yang dapat menghambat pemberian ASI eksklusif dan berdampak pada kesehatan bayi. Pijat oksitosin salah satu Solusi, dimana teknik ini dapat merangsang pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam refleksi pengeluaran ASI (let-down). Namun, efektivitas pijat oksitosin masih memerlukan pembuktian empiris, khususnya pada ibu nifas di daerah pelayanan kesehatan pedesaan. Mengetahui efektivitas pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas di TPMB Hj. Megawati, Kecamatan Geumpang, Kabupaten Pidie. Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan rancangan pretest-posttest dengan kelompok kontrol. Sebanyak 14 ibu nifas, dipilih melalui teknik purposive sampling dan dibagi menjadi dua kelompok secara seimbang: kelompok intervensi (diberi pijat oksitosin dua kali sehari selama 3 hari) dan kelompok kontrol (tanpa intervensi). Penelitian kuasi-eksperimen ini menggunakan kelompok kontrol dan desain pretes-postes. Empat belas ibu baru secara acak dimasukkan ke dalam salah satu dari dua kelompok setelah melahirkan: satu kelompok menerima pijat oksitosin dua kali sehari selama tiga hari, sementara kelompok lainnya tidak menerima pijat oksitosin. Setelah data dikumpulkan dari lembar observasi dan kuesioner, SPSS versi 26 digunakan untuk melakukan uji-t sampel berpasangan dan independent. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan lembar observasi, kemudian dianalisis menggunakan Uji Paired Sample T-Test dan Independent Sample T-Test dengan bantuan SPSS versi 26. Uji Paired Sample T-Test menunjukkan adanya peningkatan signifikan produksi ASI sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi ($p = 0,002$). Uji Independent Sample T-Test menunjukkan perbedaan signifikan volume ASI antara kelompok intervensi dan kontrol setelah perlakuan ($p = 0,001$). Pijat oksitosin sebagai intervensi non-farmakologis, efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Diharapkan untuk klinik menyediakan pijat oksitosin bagi ibu pascapersalinan untuk merangsang produksi ASI. Selain itu, tenaga kesehatan perlu dilatih dalam pendekatan ini.

Kata Kunci : Pijat oksitosin, Produksi ASI, Ibu nifas

ABSTRACT

Low breast milk production during the postpartum period is a common issue that can hinder exclusive breastfeeding and adversely affect infant health. Oxytocin massage is one of the proposed solutions, as this technique can stimulate the release of the hormone oxytocin, which plays a crucial role in the milk ejection reflex (let-down). However, the effectiveness of oxytocin massage still requires empirical verification, particularly among postpartum mothers in rural healthcare settings. This study aimed to determine the effectiveness of oxytocin massage in increasing breast milk production among postpartum mothers at TPMB Hj. Megawati, Geumpang Subdistrict, Pidie Regency. This research employed a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group approach. A total of 14 postpartum mothers were selected using purposive sampling and evenly divided into two groups: the intervention group (received oxytocin massage twice daily for three consecutive days) and the control group (received no intervention). Data were collected using observation sheets and questionnaires, then analyzed using the Paired Sample t-test and Independent Sample t-test with the assistance of SPSS version 26. The results of the Paired Sample t-test showed a significant increase in breast milk production before and

after treatment in the intervention group ($p = 0.002$). The Independent Sample t -test indicated a significant difference in breast milk volume between the intervention and control groups after the intervention ($p = 0.001$). It can be concluded that oxytocin massage, as a non-pharmacological intervention, is effective in increasing breast milk production among postpartum mothers. It is recommended that health clinics provide oxytocin massage services for postpartum women to stimulate breast milk production. Additionally, healthcare workers should receive training in this technique to improve maternal and infant health outcomes.

Keywords: *Oxytocin massage, Breast milk production, Postpartum mothers*

PENDAHULUAN

Rendahnya produksi air susu ibu (ASI) masih menjadi permasalahan utama yang dihadapi oleh ibu nifas di Indonesia. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, tercatat bahwa 65,7% alasan utama bayi tidak pernah disusui adalah karena ASI tidak keluar atau jumlahnya tidak mencukupi. Selain itu, sebanyak 33,3% bayi usia 0–5 bulan telah diberikan makanan prelakteal, dengan 84,5% di antaranya berupa susu formula sebagai pengganti ASI (Riskesdas, 2018). Permasalahan ini menunjukkan bahwa banyak ibu mengalami hambatan laktasi selama masa nifas, yaitu enam minggu pertama setelah persalinan, yang merupakan periode penting bagi pemulihan ibu dan pemberian ASI (Hanif et al, 2023). Pada masa ini, perubahan fisik, hormonal, dan psikologis sangat memengaruhi produksi ASI. Faktornya seperti stres, kurangnya dukungan, gangguan hormonal, serta minimnya pengetahuan tentang menyusui turut berperan.

Rendahnya capaian ASI eksklusif di Indonesia masih menjadi tantangan serius, salah satunya disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu dan keluarga tentang pentingnya menyusui (Doko et al., 2019). Minimnya edukasi ini membuat ibu kurang siap menghadapi hambatan menyusui, terutama pada masa awal nifas ketika produksi ASI belum lancar. Akibatnya, banyak ibu beralih ke susu formula, yang menghambat pencapaian ASI eksklusif secara optimal. Padahal, kelancaran produksi ASI di awal masa menyusui sangat berperan dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan (Annisa & Ibrahim, 2021).

Secara fisiologis, produksi ASI sangat dipengaruhi oleh hormon oksitosin yang dilepaskan saat terjadi rangsangan seperti hisapan bayi. Namun, pelepasannya sangat dipengaruhi kondisi psikologis ibu stres, kelelahan, dan kurangnya dukungan emosional dapat menghambat refleks let-down dan menurunkan produksi ASI (Nurhayati et al., 2024). Dalam hal ini, pijat oksitosin terbukti efektif merangsang hormon tersebut melalui sentuhan lembut di sepanjang punggung, sehingga meningkatkan kenyamanan, memperlancar aliran ASI, dan menurunkan stres. Penelitian menunjukkan bahwa ibu yang rutin menerima pijat oksitosin cenderung memiliki produksi ASI lebih baik dan lebih percaya diri dalam menyusui (Hanif et al, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Feriani et al., (2025), yang mengemukakan bahwa pijat oksitosin terbukti mampu meningkatkan produksi ASI secara signifikan. Ibu nifas yang mendapatkan intervensi pijat oksitosin menunjukkan rata-rata produksi ASI yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Penelitian ini juga menyimpulkan bahwa pijat oksitosin dapat menjadi terapi non-farmakologis yang efektif dalam meningkatkan produksi ASI, terutama pada ibu nifas yang mengalami masalah dalam proses menyusui.

Berdasarkan data dari Provinsi Aceh tahun 2022 menunjukkan bahwa kabupaten Aceh Tengah dengan cakupan tertinggi yaitu sebesar 82,34%, dan kabupaten Pidie 47,75%. Sedangkan paling terendah adalah kota Sabang sebesar 22,43%. Cakupan ASI menurut data Dinas Kesehatan Aceh, persentase bayi usia 0-6 bulan yang mendapat ASI eksklusif di Kabupaten Pidie pada tahun 2019 adalah 54,92% (Humaira & Indira, 2020). Sedangkan menurut data Dinas Kesehatan Pidie cakupan ASI eksklusif di Kabupaten Pidie pada tahun 2022 adalah 51,5% (Dinkes, 2023). Ibu menyusui sering mengalami masalah seperti mempunyai ASI yang sedikit atau tidak lancar. Hal ini disebabkan oleh banyak faktor, termasuk salah satunya tidak melakukan inisiasi menyusui dini (IMD). Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa masalah lainnya dengan puting susu (28%), payudara bengkak (25%), pengaruh iklan pada susu formula (6%), ibu yang bekerja (5%), dan pengaruh orang lain, terutama keluarga (94%) (Annisa & Ibrahim, 2021)

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas di TPMB Hj Megawati Di Wilayah Puskesmas Geumpang”.

Penulisan artikel publikasi bertujuan untuk mendiseminasikan hasil penelitian, kajian ilmiah, maupun inovasi yang telah dilakukan sehingga dapat memberikan kontribusi terhadap perkembangan ilmu pengetahuan serta praktik profesional. Artikel ini diharapkan menjadi sumber informasi yang valid dan dapat dimanfaatkan sebagai referensi oleh peneliti, akademisi, praktisi, maupun masyarakat umum dalam memahami isu serta solusi berbasis bukti.

Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI (Fakhidah & Palupi, 2018) : Perubahan social budaya, factor psikologis, factor fisik ibu. Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI (Rahmawati, 2018) antara lain: Faktor bayi, faktor ibu, faktor sosial budaya.

Untuk merangsang sekresi hormon oksitosin, seorang suami dapat memijat punggung istrinya yang sedang menyusui, praktik yang dikenal sebagai pijat 30 oksitosin. Bayi yang disusui akan merasa lebih baik ketika dipijat dengan oksitosin oleh suaminya. Dalam pijat oksitosin, terapis memijat dari tengkuk hingga pangkal tulang belakang (vertebra) dengan gerakan melingkar. Hormon oksitosin berperan dalam mendorong kontraksi rahim dan pengeluaran ASI; pijatan ini mendorongnya (Dewi dkk., 2024)

Penelitian menunjukkan bahwa pijat oksitosin, yang melibatkan sentuhan ringan di punggung, dapat mengaktifkan hormon ini, sehingga meningkatkan kenyamanan, meningkatkan suplai ASI, dan mengurangi stres. Para ibu yang rutin mendapatkan pijat oksitosin melaporkan rasa percaya diri yang lebih tinggi saat menyusui dan produksi ASI yang lebih banyak, menurut penelitian tersebut. (Hanif et al, 2023)

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain quasi-eksperimental (eksperimen semu) (Sugiyono, 2019). Desain ini digunakan karena peneliti memberikan perlakuan berupa pijat oksitosin kepada kelompok intervensi, namun tidak dilakukan randomisasi secara penuh terhadap subjek penelitian.

Peneliti menggunakan desain pretes-postes dengan kelompok kontrol untuk memeriksa hasil laktasi dari dua kelompok: satu kelompok yang menerima pijat oksitosin (kelompok intervensi) dan satu kelompok yang tidak (kelompok kontrol).

Populasi seluruh ibu menyusui di Kecamatan Geumpang sebanyak 90 Ibu nifas yang sedang menyusui (produksi ASI aktif) di Puskesmas Kecamatan Geumpang. Strategi pengambilan sampel purposif digunakan dalam penelitian ini. Strategi ini didasarkan pada kriteria yang telah ditentukan sebelumnya. Teknik ini tergolong dalam teknik non-probability sampling dan cocok digunakan ketika peneliti ingin fokus pada kelompok tertentu yang dianggap paling relevan atau representatif terhadap tujuan penelitian. Dengan populasi 90 orang dan tingkat kesalahan 25%, jumlah sampel yang diambil untuk penelitian adalah 14 Sampel untuk responden.

Analisis yang dilakukan berupa univariat untuk membandingkan kelompok intervensi dan kontrol, kami menggunakan analisis univariat untuk melihat seberapa sering dan seberapa banyak setiap variabel muncul. Tabel distribusi frekuensi digunakan untuk menampilkan data, yang menunjukkan jumlah awal dan akhir produksi ASI, yang dikategorikan sebagai rendah, sedang, dan tinggi. Analisis bivariat dilakukan untuk melihat perbedaan produksi ASI kelompok intervensi diuji sebelum dan sesudah intervensi menggunakan Uji-T Sampel Berpasangan, setelah terapi menggunakan Uji-T Sampel Independen, antara kedua kelompok yang menerima intervensi dan yang tidak. Hipotesis nol (H_0) diterima jika nilai-p lebih besar atau sama dengan α (0,05), yang menunjukkan bahwa pijat oksitosin tidak memengaruhi produksi ASI. Hipotesis alternatif (H_1) ditolak jika nilai-p kurang dari atau sama dengan α (0,05), yang menunjukkan bahwa pijat oksitosin memengaruhi produksi ASI. (Nurainun & Susilowati, 2021).

HASIL

Tabel 4.1 Distribusi Produksi ASI Sebelum Perlakuan Pijat Oksitosin pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol Ibu Nifas di Klinik TPMB Hj. Megawati dan TPMB Zakiah Hanum di Wilayah Puskesmas Geumpang Tahun 2025

Kategori Produksi ASI	Kelompok Intervensi	Kelompok Kontrol
Rendah	5 (35,7%)	6 (42,9%)
Sedang	7 (50%)	6 (42,9%)
Tinggi	2 (14,3%)	2 (14,2%)
Total	14 (100%)	14 (100%)

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat bahwa sebelum diberikan perlakuan pijat oksitosin, mayoritas responden di kedua kelompok (intervensi dan kontrol) berada pada kategori produksi ASI sedang, yaitu sebanyak 50% pada kelompok intervensi dan 42,9% pada kelompok kontrol. Sementara itu, produksi ASI kategori tinggi masih relatif rendah, hanya 14,3% pada kelompok intervensi dan 14,2% pada kelompok kontrol. Temuan ini menunjukkan bahwa pada awal masa nifas, mayoritas ibu mengalami produksi ASI yang belum optimal. Hal ini wajar terjadi karena tubuh ibu membutuhkan waktu untuk menyesuaikan hormon pascapersalinan, khususnya prolaktin dan oksitosin, untuk mencapai produksi ASI maksimal. Dengan demikian, kondisi awal kedua kelompok relatif homogen, yang menjadi dasar valid untuk membandingkan hasil pascaintervensi nantinya.

Tabel 4.2 Distribusi Produksi ASI Setelah Perlakuan Pijat Oksitosin (Analisis Univariat) pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol Ibu Nifas di Klinik TPMB Hj. Megawati dan TPMB Zakiah Hanum di Wilayah Puskesmas Geumpang Tahun 2025

Kategori Produksi ASI	Kelompok Intervensi	Kelompok Kontrol
Rendah	1 (7,1%)	5 (35,7%)
Sedang	5 (35,7%)	6 (42,9%)
Tinggi	8 (57,2%)	3 (21,4%)
Total	14 (100%)	14 (100%)

Berdasarkan table 4.2 menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi berupa pijat oksitosin, terjadi peningkatan signifikan pada kategori produksi ASI tinggi di kelompok intervensi, yaitu dari 14,3% menjadi 57,2%. Selain itu, jumlah ibu nifas dengan produksi ASI rendah menurun dari 35,7% menjadi hanya 7,1%. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi pijat oksitosin berdampak positif dalam meningkatkan refleksi let-down dan memperlancar pengeluaran ASI. Sebaliknya, pada kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan, tidak terlihat perubahan yang berarti: kategori sedang tetap dominan (42,9%), dan kategori tinggi hanya naik sedikit dari 14,2% menjadi 21,4%. Ini memperkuat dugaan bahwa tanpa stimulasi tambahan, seperti pijat oksitosin, produksi ASI tidak akan meningkat secara signifikan hanya dalam waktu 3 hari.

Tabel 4.3 Hasil Uji Paired Sample T-Test terhadap Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Pijat Oksitosin pada Kelompok Intervensi Ibu Nifas di Klinik TPMB Hj. Megawati dan TPMB Zakiah Hanum di Wilayah Puskesmas Geumpang Tahun 2025

Kelompok	Mean Sebelum	Mean Sesudah	p-value	Ket
Intervensi (n=14)	21,86	27,57	0,002	Terdapat perbedaan signifikan

Berdasarkan hasil uji Paired Sample T-Test pada Tabel 4.3, diperoleh rata-rata produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin sebesar 21,86 dan meningkat menjadi 27,57 setelah dilakukan intervensi selama tiga hari. Nilai p-value sebesar 0,002 ($< 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi. Hal

ini membuktikan bahwa pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Damayanti et al. (2020) yang menunjukkan bahwa pijat oksitosin mampu merangsang hormon oksitosin, sehingga meningkatkan refleks pengeluaran ASI dan volume produksinya. Penelitian lain oleh Sari & Handayani (2019) juga mendukung temuan ini, di mana kelompok ibu nifas yang mendapat pijat oksitosin menunjukkan peningkatan signifikan dalam produksi ASI dibanding kelompok kontrol.

Tabel 4.4 Hasil Uji Independent Sample T-Test terhadap Produksi ASI antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol pada Ibu Nifas di Klinik TPMB Hj. Megawati dan TPMB Zakiah Hanum di Wilayah Puskesmas Geumpang Tahun 2025

Kelompok	Mean Produksi ASI	p-value	Keterangan
Intervensi (n=7)	31,86		
Kontrol (n=7)	23,29	0,001	Terdapat perbedaan signifikan

Berdasarkan tabel 4.4 menyajikan hasil Independent Sample T-Test untuk mengetahui perbedaan rata-rata produksi ASI antara kelompok intervensi (diberi pijat oksitosin) dan kelompok kontrol (tanpa intervensi). Rata-rata produksi ASI pada kelompok intervensi tercatat sebesar 31,86, sedangkan pada kelompok kontrol hanya 23,29. Nilai p-value yang diperoleh adalah 0,001 ($< 0,05$), menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik. Artinya, pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan produksi ASI dibandingkan kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan. Hasil ini diperkuat oleh Levene's Test yang menunjukkan nilai $p = 0,220$, sehingga asumsi variansi antar kelompok dianggap homogen (equal variances assumed). Selain itu, nilai confidence interval tidak mencakup angka nol, yang menegaskan adanya perbedaan yang nyata antar kelompok.

Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Rahayu et al. (2021) yang menunjukkan bahwa pijat oksitosin secara signifikan meningkatkan produksi ASI pada hari ke-3 hingga ke-5 pasca persalinan. Penelitian lain oleh Mulyani & Fitri (2020) juga menyimpulkan bahwa ibu nifas yang mendapat pijatan oksitosin memiliki volume ASI lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol, disebabkan oleh stimulasi refleks let-down melalui peningkatan hormon oksitosin.

Dengan demikian, hasil penelitian ini mendukung bahwa pijat oksitosin merupakan intervensi yang efektif untuk meningkatkan produksi ASI, namun implementasinya harus memperhatikan teknik yang tepat serta kondisi fisik dan psikologis ibu. Oleh karena itu, pijat oksitosin dapat direkomendasikan sebagai pendekatan non-farmakologis yang aman dan bermanfaat, khususnya bagi ibu nifas yang mengalami kesulitan dalam produksi ASI.

PEMBAHASAN

Pengaruh Pijat Oksitosin Dengan Produksi ASI Pada Ibu Nifas

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pijat oksitosin memiliki pengaruh signifikan dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Penelitian ini dilakukan di dua lokasi berbeda, yaitu TPMB Hj. Megawati sebagai tempat pelaksanaan kelompok intervensi (yang diberikan pijat oksitosin), dan TPMB Zakiah Hanum sebagai tempat pelaksanaan kelompok kontrol (yang tidak diberikan perlakuan). Berdasarkan hasil uji statistik, baik uji Paired Sample T-Test pada kelompok intervensi maupun uji Independent Sample T-Test antara kelompok intervensi dan kontrol menunjukkan nilai p-value $< 0,05$. Ini menandakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan baik sebelum dan sesudah pemberian pijat oksitosin di kelompok intervensi, maupun antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah perlakuan. Dengan demikian, pijat oksitosin terbukti efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas di TPMB Hj. Megawati dibandingkan dengan yang tidak mendapatkan perlakuan di TPMB Zakiah Hanum.

Berbagai factor mempengaruhi kelancaran produksi ASI selain massase/pemijatan payudara. Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Dewi, 2019) faktor factor yang mempengaruhi kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui adalah ketenangan jiwa, nutrisi, istirahat, isapan bayi, penggunaan

kontrasepsi dan perawatan payudara dan factor nutrisi adalah factor terpenting yang berhubungan dengan produksi ASI. Peningkatan produksi ASI ini dapat dijelaskan secara fisiologis melalui stimulasi pijat oksitosin yang dilakukan di sepanjang tulang belakang bagian atas hingga scapula. Rangsangan ini memicu ujung saraf sensorik yang mengaktifkan hipotalamus dan hipofisis posterior untuk melepaskan hormon oksitosin. Hormon ini kemudian merangsang kontraksi otot di sekitar alveoli payudara, yang berfungsi mendorong keluarnya ASI melalui refleksi let-down (Pratiwi et al., 2020).

Selain efek fisik, pijat oksitosin juga memberikan dampak psikologis positif seperti rasa tenang, nyaman, dan relaks, yang turut mendukung kelancaran menyusui. Beberapa ibu nifas yang tergabung dalam kelompok intervensi menyatakan bahwa mereka merasa lebih rileks dan ASI menjadi lebih lancar setelah diberikan pijat oksitosin. Hal ini mendukung temuan bahwa efek fisiologis dan psikologis dari pijat oksitosin saling berperan dalam meningkatkan produksi ASI (Feriani et al., 2025).

Hasil penelitian ini juga selaras dan diperkuat oleh penelitian-penelitian terdahulu. Salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh Nurainun & Susilowati, (2021), yang menyatakan bahwa pijat oksitosin terbukti efektif dalam meningkatkan produksi ASI secara signifikan. Dalam penelitian mereka, ibu nifas yang mendapatkan pijat oksitosin secara rutin selama beberapa hari mengalami peningkatan volume ASI yang cukup signifikan, dengan p-value < 0,05. Hasil ini sangat relevan dengan penelitian ini, di mana pijat oksitosin diberikan selama tiga hari berturut-turut, dan terbukti mampu meningkatkan produksi ASI.

Selain itu, penelitian oleh Sugiadini & Lisdiani, (2025) juga mendukung temuan penelitian ini. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa pijat oksitosin tidak hanya meningkatkan produksi ASI, tetapi juga mampu mencegah terjadinya bendungan ASI, yang merupakan salah satu masalah laktasi yang umum terjadi pada ibu nifas. Penelitian tersebut menemukan bahwa ibu nifas yang mendapatkan pijat oksitosin mengalami peningkatan volume ASI dan lebih jarang mengalami keluhan terkait menyusui, seperti payudara bengkak atau nyeri. Penelitian ini juga menggunakan desain yang sama, yakni quasi-eksperimen dengan kelompok kontrol, sehingga hasilnya sangat relevan sebagai pembandingan penelitian ini.

Penelitian lain yang turut memperkuat temuan ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Feriani et al., (2025), yang mengemukakan bahwa pijat oksitosin terbukti mampu meningkatkan produksi ASI secara signifikan. Ibu nifas yang mendapatkan intervensi pijat oksitosin menunjukkan rata-rata produksi ASI yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Penelitian ini juga menyimpulkan bahwa pijat oksitosin dapat menjadi terapi non-farmakologis yang efektif dalam meningkatkan produksi ASI, terutama pada ibu nifas yang mengalami masalah dalam proses menyusui.

Ketiga penelitian tersebut memiliki kesamaan desain dengan penelitian ini, yaitu menggunakan desain quasi-experimental pretest-posttest dengan kelompok kontrol, serta durasi intervensi yang relatif serupa, yakni selama beberapa hari pada ibu nifas di masa awal postpartum. Persamaan ini memperkuat kesimpulan bahwa pijat oksitosin secara konsisten efektif dalam meningkatkan produksi ASI, baik dalam konteks wilayah penelitian ini maupun dalam konteks penelitian sebelumnya di berbagai daerah.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menambah bukti ilmiah bahwa pijat oksitosin dapat digunakan sebagai intervensi yang sederhana, aman, dan efektif untuk meningkatkan produksi ASI. Keberhasilan pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI tidak hanya disebabkan oleh faktor fisiologis semata, melainkan juga melibatkan aspek psikologis ibu, seperti rasa nyaman, percaya diri, dan pengurangan stres, yang kesemuanya berkontribusi secara positif terhadap kelancaran laktasi.

Temuan ini juga menunjukkan bahwa ibu-ibu nifas di TPMB Hj. Megawati merasakan langsung manfaat pijat oksitosin tidak hanya dari segi peningkatan ASI, tetapi juga dari segi kenyamanan emosional selama masa nifas. Oleh karena itu, pijat oksitosin dapat direkomendasikan sebagai bagian dari pelayanan kebidanan rutin di fasilitas kesehatan, terutama di tingkat pelayanan primer seperti Tempat Praktek Mandiri Bidan (TPMB) dan Puskesmas.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan uji statistik menunjukkan bahwa pijat oksitosin memberikan pengaruh yang besar dan signifikan terhadap peningkatan produksi ASI. Hal ini dibuktikan dengan nilai p-value < 0,05 pada uji Paired Sample T-Test dan Independent Sample T-Test. Pijat oksitosin efektif dalam merangsang hormon oksitosin yang berperan dalam refleksi pengeluaran ASI (let-down reflex), serta memberikan efek psikologis berupa kenyamanan dan relaksasi yang turut mendukung kelancaran laktasi dan dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin adalah metode efektif dan terbukti secara ilmiah dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Pijat oksitosin memberikan efek positif secara fisiologis melalui peningkatan hormon oksitosin, serta secara psikologis melalui rasa nyaman dan relaksasi.

Saran

1. Bagi Klinik

Disarankan untuk menyediakan pijat oksitosin bagi ibu pascapersalinan sebagai cara non-farmakologis untuk merangsang produksi ASI. Selain itu, tenaga kesehatan perlu dilatih dalam pendekatan ini.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan sampel lebih besar dan waktu lebih panjang untuk melihat dampak jangka panjang pijat oksitosin serta faktor lain yang memengaruhi laktasi.

3. Bagi Lembaga Pendidikan

Diharapkan memasukkan pijat oksitosin dalam materi pembelajaran kebidanan agar lulusan memiliki kompetensi dalam penerapannya.

4. Bagi Responden (Ibu Nifas)

Diharapkan ibu nifas yang telah menerima pijat oksitosin dapat meneruskan praktik ini secara mandiri di rumah dengan bantuan keluarga, serta menjaga pola makan, istirahat, dan manajemen stres yang baik untuk mendukung kelancaran produksi ASI secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, D. F., & Ibrahim, J. (2021). Inisiasi Kunjungan Postnatal Care Dengan Tingkat Kesakitan Fisik Pada Ibu Pasca Melahirkan. *Jurnsl Magna Medica*, 7(2), 49–56.
- Andayani, N., Nauval, I., & Zega, T. S. (2020). Pengaruh pemberian Air Susu Ibu eksklusif terhadap kejadian Infeksi Saluran Pernapasan Atas pada balita di wilayahkerja Puskesmas Kopelma Darussalam. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 20(1), 37–41. <https://doi.org/10.24815/jks.v20i1.18297>
- Damayanti, R., Putri, A. N., & Handayani, S. (2020). Pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post partum. *Jurnal Kebidanan Dewi, A. D. C., Sastri, N., & Susmita.* (2024). Peningkatan Pengetahuan Ibu Pasca Salin Tentang Pijat Oksitosin Untuk Memperlancar Produksi Asi. *Jurnal Abdimas Pamenang*, 2(1), 45–49. <https://doi.org/10.53599/jap.v2i1.187>
- Dinda, H., & Dini, A. (2020). Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Asi Eksklusif Dinda Handiani 1 , Dini Anggraeni 2 Akbid Karya Bunda Husada Tangerang Email: *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada*, 6(2).
- Dewi, A. D. C., Sastri, N., & Susmita. (2024). Peningkatan Pengetahuan Ibu Pasca Salin Tentang Pijat Oksitosin Untuk Memperlancar Produksi Asi. *Jurnal Abdimas Pamenang*, <https://doi.org/10.53599/jap.v2i1.187>
- Dinkes. (2023). *Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah (LAKIP) Tahun 2023*. dinkes.pidiekab.go.id.
- 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>

- Fakhidah, L. N., & Palupi, F. H. (2018). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Kebidanan*, 10(02), 181. <https://doi.org/10.35872/jurkeb.v10i02.291>
- Fauzi, F. K. (2019). Hubungan Antara Dukungan Keluarga, Status Pekerjaan dan Paritas Ibu Dengan Perilaku Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 2(1), 239–243. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM>
- Feriani, P., Azizah, R. N., Herdianti, Sari, N. I., Sulaeman, G., & Anwar, A. (2025). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Indonesia*, 5(1), 77–91. <https://doi.org/10.55606/jikki.v5i1.5873>
- Mulyani, D., & Fitri, R. (2020). Efektivitas pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 12(1), 33–38.
- Nurainun, E., & Susilowati, E. (2021). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas : Literature Review. *Jurnal Kebidanan 59 Khatulistiwa*, 7(1), 20. <https://doi.org/10.30602/jkk.v7i1.611>
- Nurhayati, Lubis, S. H., Ardianti, D., & Ramadhan, M. (2024). Analisis Kunjungan Tenaga Kesehatan terhadap Perawatan Nifas dan. *Jurnal Kewarganegaraan*, 8(1), 648–653.
- Hanif et al. (2023). Profil Kesehatan Aceh 2022. *Enabling Brestfeeding*, 1–10.
- Pratiwi, E. N., Nurjanah, S., & Windiyani, W. (2020). Penyuluhan Kesehatan Tentang Stimulus Pemberian Asi Eksklusif Dengan Media Leaflet Di Posyandu Tanggul Asri Rw 08 Desa . *Jurnal Salam Sehat*, 1(2), 26–31.
- Rahmawati, M. D. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Menyusui Di Kelurahan Pedalangan Kecamatan Banyumanik Kota Semarang. *Jurnal KesMaDaSka*, 1(1), 11. <https://jurnal.ukh.ac.id/index.php/JK/article/view/17/72>
- Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Sugiatini, T. E., & Lisdiani, E. (2025). Perbandingan Pijat Payudara dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui di PMB Ika Nuraeni Kelurahan Ciburial Pandeglang Banten. *Jurnal Ners*, 9(2), 2485–2490. <https://doi.org/10.31004/jn.v9i2.42405>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.1