

**LAPORAN**  
**PENGARUH PIJAT OKSITOSIN YANG DILAKUKAN OLEH SUAMI TERHADAP**  
**PERCEPATAN PENGELUARAN ASI PADA IBU POST PARTUM**  
**DI PMB BIDAN H. KARANGPAWITAN GARUT**

**PENELITIAN DOSEN**

Dilakukan Dalam Rangka Pelaksanaan Tri Darma Perguruan Tinggi  
Bagi dosen STIKes Karsa Husada Garut

**PENELITI**

Naning Suryani, SST., M.Keb  
Rosita Alvia, SST., M.K.M  
Siti Masriyah  
Tanti Wahyuni



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KARSA HUSADA**  
**GARUT**  
**2021**

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

- a. Nama : Naning Suryani, S.ST., M.Keb
- b. NIK : 043298.1110. 087
- c. NIDN : 0401047403
- d. Disiplin Ilmu : Kebidanan
- e. Pangkat/Gol. : 3B
- f. Jabatan Fungsional : Dosen
- g. Program Studi : D-III Kebidanan
- h. Alamat Kantor : Jln. Nusa Indah No. 24 Garut
- i. Telepon : 082316264246
- j. Alamat Rumah : Perum Griya Karangpawitan Jln. Nuri II Blok F6  
No 68
- i. Pendidikan Formal : SD Negeri Lewo 2 Sukaratu Garut  
SMP Negeri Kurnia Kersamanah Garut  
SMA Negeri I malangbong Garut  
D3 Kebidanan Universitas Padjadjaran  
D4 Kebidanan Universitas Padjadjaran  
S2 Kebidanan Universitas Padjadjaran

### **HALAMAN PENGESAHAN**

1. Judul Penelitian : Pengaruh Pijat Oksitosin Yang Dilakukan Oleh Suami Terhadap Percepatan Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Di Praktik Mandiri Bidan H. Karangpawitan Garut
2. Bidang penelitian : Kebidanan
3. Ketua Pelaksana :
  - a. Nama Lengkap : Naniang Suryani, SST.,M.Keb
  - b. Jenis Kelamin : Perempuan
  - c. NIK/NIDN : 04328111008704017403
  - d. Disiplin ilmu : Kebidanan
  - e. Pangkat/Gol : III B
  - f. Jabatan : Asisten Ahli
  - g. Program Studi : Prodi DIII Kebidanan
  - h. Alamat Kampus : STIKes Karsa Husada Jln. Nusa Indah No. 24 Garut
  - i. No. Hp. : 082316264246
  - j. Alamat Rumah : Perum Oriyu Karang pawitan Jln. Nuri II Blok F6 No 68
4. Anggota :
  - a. Nama : 1. Rosita Alvia, SST.,M.K.M  
2. Siti Masriyah  
3. Tanti Wabyuni

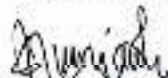
Garut, Oktober 2021

Menyetujui,  
Ketua LPPM STIKes Karsa Husada Garut



Wahyudin, S.Kep.,M.Kes  
NIK. 04328.0607.016

Ketua Pelaksana



Naniang Suryani, SST.,M.Keb  
NIK. 043298.1110.087

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Illahi Rabbi, karena Atas Rahmat-Nyalah kami dapat menyusun usulan proposal penelitian ini, penelitian ini dibuat dalam rangka Tri Darma Perguruan Tinggi bagi Dosen STIKes karsa Husada Garut dalam bidang penelitian.

Proposal ini berjudul **PENGARUH PIJAT OKSITOSIN YANG DILAKUKAN OLEH SUAMI TERHADAP PERCEPATAN PENGELUARAN ASI PADA IBU POST PARTUM HARI I DAN HARI KE-II DI PUSKESMAS CIBATU GARUT** yang merupakan penelitian eksperimen tentang Pijat oksitosin oleh suami untuk percepatan pengeluaran ASI di puskesmas Sukakarya.

Kegiatan ini terlaksana atas dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. H.Hadiat, MA. Selaku Ketua Pembina Yayasan Dharma Husada Insani.
2. H.D Saepudin, S.Sos., M.MKes selaku Ketua Pengurus Yayasan Dharma Husada Insani.
3. H. E. Kusnadi, S. Kep., M. Kes selaku Ketua STIKes Karsa Husada Garut
4. Kepala Puskesmas Sukakarya
5. Ibu Nuraeni selaku bidan Koordinator Puskesmas Sukakarya

Semoga penelitian ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis, dan semoga dapat dikembangkan pada penelitian selanjutnya.

Garut, April 2021

Tim Peneliti

**PENGARUH PIJAT OKSITOSIN YANG DILAKUKAN OLEH SUAMI TERHADAP  
PERCEPATAN PENGELUARAN ASI PADA IBU POST PARTUM**

**DI PMB BIDAN H GARUT**

Naning Suryani<sup>1</sup>, Rosita Alvia<sup>2</sup>

STIKes Karsa Husada Garut email: [naningsuryani@gmail.com](mailto:naningsuryani@gmail.com), [rositaalvia@gmail.com](mailto:rositaalvia@gmail.com).

**ABSTRAK**

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang terbaik untuk bayi. ASI stadium I di mulai dari hari pertama sampai hari keempat yang merupakan kolostrum. Kolostrum sangat penting bagi pertahanan tubuh bayi karena kolostrum merupakan imunisasi pertama bagi bayi. Proses menyusui idealnya dapat dilakukan segera begitu bayi dilahirkan. Namun kenyataan di lapangan menunjukkan produksi dan ejeksi ASI yang sedikit di hari-hari pertama sehingga banyak ibu yang mengalami ketidakefektifan proses menyusui, yang menjadi kendala yaitu produksi ASI yang sedikit. Menurut Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) bahwa salah satu keberhasilan dalam menyusui adalah dukungan suami. Suami sebagai *breastfeeding father* harus memberikan dukungan konkrit, seperti memberikan sentuhan lembut pada sang ibu melalui pijat oksitosin dimana dapat merangsang refleks oksitosin yang dapat meningkatkan produksi ASI. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin yang dilakukan oleh suami terhadap percepatan pengeluaran ASI pada ibu post partum di PMB Bidan H. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan desain kuasi eksperimen post test dengan menggunakan kelompok perlakuan. Sampel pada penelitian ini adalah ibu post partum di PMB Bidan H. Teknik purposed sampling akan digunakan dalam penentuan sampel. Instrument yang akan digunakan pada penelitian ini adalah lembar observasi untuk menentukan percepatan pengeluaran ASI oleh responden. Hasil penelitian akan diolah dengan Man Whitney U-test.

Kata Kunci : Ibu *Post Partum*, Pengeluaran ASI, Pijat oksitosin, Suami

## A. LATAR BELAKANG

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) merupakan kegiatan penting dalam pemeliharaan anak dan persiapan generasi dimasa depan. Sebuah analisis menerangkan bahwa memberikan ASI di jam pertama kelahiran dapat menyelamatkan 1,3 juta jiwa diseluruh dunia, termasuk 22% mengurangi Angka Kematian Ibu (AKI). Menurut UNICEF menyatakan sebanyak 30.000 AKI dan 10 juta kematian balita setiap tahunnya bisa dicegah melalui pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan sejak sejam kelahirannya, tanpa harus memberikan makanan dan minuman tambahan kepada bayi (WHO 2013, Kemenkes RI 2013). Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2015, pemberian ASI saja dalam 24 jam pertama dengan persentase sebesar 36%. Menyusui dini merupakan kunci awal dari suksesnya praktek menyusui, dimana ASI diberikan segera dalam 3 menit setelah lahir. Produksi ASI dan ejeksi ASI yang sedikit pada hari-hari pertama setelah melahirkan menjadi kendala ASI secara dini (Rusli utami 2012). Faktor-faktor yang mempengaruhi kelancaran produksi dan pengeluaran ASI yaitu perawatan payudara, paritas, stres, kelelahan, asupan nutrisi dan dukungan suami. Salah satu cara pelaksanaan untuk meningkatkan produksi ASI dengan melakukan pijatan yang merupakan sebuah terapi sentuhan atau pijatan ringan merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa endorphin yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hartono, dkk (2016) menunjukkan bahwa hasil intervensi dilakukannya massase endorphin mempunyai pengaruh yang bermakna secara statistik terhadap volume ASI pada ibu post partum. Penelitian yang dilakukan Malau (2010) keberhasilan ASI akan lebih mudah bila dukungan dari suami turut berperan. Dukungan suami dalam praktek pemberian ASI masih minim karena faktor kultural ada pembagian peran, dimana suami berperan sebagai pencari nafkah dan urusan rumah tangga semuanya diurus oleh istri.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti ingin membuktikan pengaruh pijat oksitosin yang dilakukan oleh suami terhadap percepatan pengeluaran ASI pada ibu post partum di PMB Bidan H.

## **B. Masalah Penelitian**

Selama ini pijat oksitosin hanya dilakukan oleh tenaga kesehatan saja, padahal suami juga dapat melakukannya, sehingga suami jarang terlibat dalam melakukan pijat oksitosin karena salah satu penyebabnya adalah rasa takut salah pijit terhadap istrinya.

Dukungan suami nyatanya tidak hanya bisa membuat proses pemberian ASI menjadi lebih lancar dan berkualitas. Kedekatan istri secara emosi dengan suami akan meningkatkan sisi romantisme pasangan, dimana mendatangkan efek yang bagus bagi ibu menyusui (Rusli, utami 2012, Kuswandi, Lanny. 2011). Untuk memperlancar produksi ASI, dengan pijat oksitosin, pijat oksitosin adalah salah satu upaya untuk merangsang pengeluaran hormon untuk menghasilkan produksi ASI dan karena setelah dilakukan pijat rasa lelah akan hilang. Pentingnya untuk meneliti keefektifitan pijat oksitosin yang dilakukan suami sebagai alternatif untuk memproduksi ASI.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh pijat oksitosin yang dilakukan oleh suami terhadap percepatan pengeluaran ASI pada ibu post partum di PMB Bidan H.

### **Tujuan Khusus**

1. Diketuainya pengaruh pengeluaran ASI tanpa pijat oksitosin oleh suami
2. Diketahui pengaruh pengeluaran ASI yang dilakukan pijat oksitosin oleh suami
3. Diketahui perbedaan pengaruh pengeluaran ASI antara yang dilakukan pijat oksitosin oleh suami dengan tanpa pijat oksitosin

## **D. Guna penelitian**

Sebagai dasar informasi penelitian mengenai pijat oksitosin oleh suami dalam percepatan pengeluaran ASI. Selain itu, hasil penelitian ini dapat mensukseskan program ASI eksklusif.

## **E. Studi Kepustakaan**

Pijat punggung atau juga dikenal dengan pijat oksitosin merupakan pijatan yang dilakukan di daerah sepanjang tulang belakang sebagai upaya untuk memperlancar pengeluaran ASI. Pijatan ini mampu memicu pengeluaran oksitosin, dimana oksitosin merupakan hormon yang diperlukan untuk mengeluarkan ASI. Sehingga, pijatan ini juga dikenal dengan nama pijat oksitosin. Buku Astutik (2014) mengatakan ASI merupakan sumber gizi sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan disesuaikan dengan kebutuhan pertumbuhan bayi selama enam bulan. Jika seorang bayi tidak diberikan ASI dan diganti dengan susu formula, maka bayi tidak akan mendapatkan kekebalan, serta akan kekurangan gizi. Dengan tidak adanya antibodi, maka bayi akan mudah terkena berbagai penyakit dan meningkatkan angka kematian bayi. Buku Utami Roesli (2010) mengatakan volume ASI dan pengeluaran ASI yang sedikit pada hari-hari pertama setelah melahirkan menjadi hambatan pada ibu postpartum dalam memberikan ASI secara dini kepada bayinya, kurangnya volume ASI pada hari-hari setelah melahirkan dapat disebabkan oleh perawatan payudara, frekuensi penyusuan, paritas, stress, kelelahan, penyakit ibu, konsumsi rokok atau alkohol, pil kontrasepsi, asupan nutrisi dan faktor psikologi ibu menyusui. Penelitian Malau (2010), menyatakan bahwa dukungan dari keluarga dan tenaga kesehatan merupakan faktor yang sangat mempengaruhi ASI eksklusif, dukungan yang paling besar adalah dukungan dari suami. Penelitian yang dilakukan oleh Hargi (2013) tentang hubungan dukungan suami dengan kemauan ibu memberikan ASI Eksklusif, didapatkan ibu yang mendapatkan dukungan 2 kali lipat kecenderungan memberikan ASI secara eksklusif. Buku Utami Roesli (2012) menyatakan bahwa dari semua dukungan bagi ibu menyusui, dukungan suami adalah dukungan yang paling berarti bagi ibu. Suami dapat berperan aktif dalam keberhasilan ASI eksklusif karena suami akan turut menentukan kelancaran refleks pengeluaran (milk let down reflex) yang sangat dipengaruhi oleh keadaan emosi atau perasaan ibu. Suami dapat memberikan dukungan secara emosional dan bantuan-bantuan praktis. Buku Guyton (2008) melalui pijatan atau rangsangan pada tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hypothalamus di hipofisis posterior untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan payudara mengeluarkan ASI, dengan pijatan di daerah tulang belakang ini juga akan merileksasi ketegangan dan

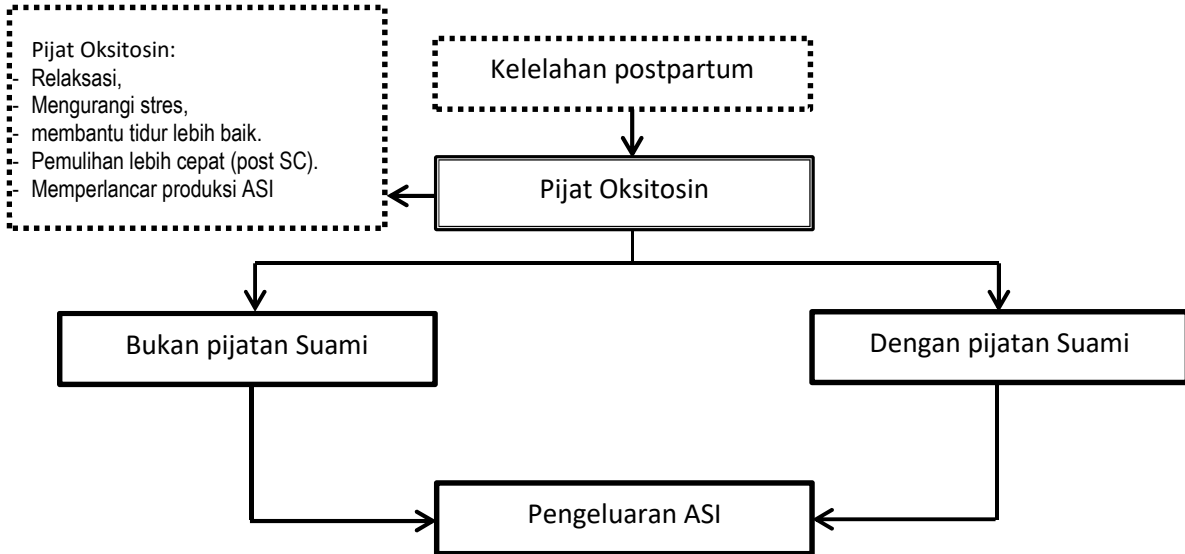


menghilangkan stress dan dengan begitu hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran ASI, dibantu dengan isapan bayi pada puting susu pada saat setelah bayi dengan kesadaran bayi normal. Menurut buku Aprilia Yesie (2011) membahas teknik peminjatan pada titik tertentu dapat menghilangkan sumbatan dalam darah sehingga aliran darah dan energi di dalam tubuh akan kembali lancar. Kepala, lengan, leher dan punggung adalah daerah dimana wanita sering mengalami ketegangan. Area tersebut merupakan titik akupresur untuk memperlancar proses laktasi, selain itu saraf payudara dipersarafi oleh saraf punggung atau dorsal yang menyebar disepanjang tulang belakang. Pijat yang dilakukan pada area kepala membantu merangsang energi, menurunkan tingkat stres serta membuat pikiran menjadi lebih nyaman. Pijat merupakan salah satu terapi yang pendukung yang efektif untuk mengurangi ketidaknyamanan fisik serta memperbaiki gangguan mood. Pengurangan ketidaknyamanan pada ibu menyusui membantu lancarnya pengeluaran ASI. Penelitian yang dilakukan Safitri, dkk (2015) Pijat punggung dan percepatan pengeluaran ASI pada ibu post partum yang tidak dilakukan pijat punggung 60% pengeluaran ASI pada hari ke 3, sedangkan yang mendapatkan pijat punggung di dapatkan pengeluaran ASI 100% pada hari ke 2.

Penelitian Pamuji (2014) ditemukan pengaruh massase endhorphin terhadap kadar hormon prolaktin dan volume ASI sangat signifikan, jika teknik ini dilakukan oleh ibu postpartum khususnya ibu postpartum primipara secara rutin maka masalah laktasi yang muncul pada hari-hari pertama kelahiran seperti volume ASI sedikit dan pengeluaran ASI yang tidak lancar, pemberian susu formula secara dini kepada bayi dapat diatasi sehingga dapat meningkatkan cakupan pemberian ASI pada satu jam pertama kelahiran bahkan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan. Penelitian yang dilakukan Widiyanti, dkk (2014) tentang perbedaan antara dilakukan pijat oksitosin dan yang tidak dilakukan pijatan oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas, di dapatkan ibu yang tidak dilakukan pemijatan produksi ASI sebesar 221,35 ml sedangkan yang dilakukan pemijatan sebesar 283,73 ml. Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh Ida Prijatni (2017) tentang peran suami dalam dukungan kelancaran pengeluaran ASI dengan pijat oksitosin, dimana Ida melakukan demonstrasi pijat oksitosin yang diikuti oleh suami dan istri dan didapatkan hasil suami sangat antusias sehingga banyak yang ingin mencoba dan mempraktekkan demonstrasi pijat dengan phantom.

## F. Kerangka Konsep

### Bagan 1 Kerangka Pemikiran



Keterangan :

Diteliti :

Tidak Diteliti :

## G. Pertanyaan Penelitian

Bagaimana pengaruh pijat oksitosin yang dilakukan oleh suami terhadap percepatan pengeluaran ASI Pada Ibu *Post Partum* Hari ke 1 Dan Hari Ke-2 Di di PMB Bidan H.

## H. Variabel Penelitian

Variabel penelitian ini terdiri variable bebas pijat oksitosin dan variable terikat adalah percepatan pengeluaran ASI

## I. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu nifas yang bersalin di Puskesmas Cibatu yang baru pertama melahirkan pada tahun 2021. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *Purposive Sampling*, yaitu menetapkan sampel yang sesuai dengan kriteria inklusi. Adapun perhitungan jumlah sampel yang diambil menggunakan rumus besar sampel sebagai berikut:

$$n = \left[ \frac{(Z\alpha + Z\beta) \times SD}{d} \right]^2$$

$$n = \left[ \frac{(1.65 + 0.8) \times 11.474}{6.9} \right]^2$$

$$n = 17$$

Keterangan :

n : Besar sampel

SD : Simpangan Baku

d : Perbedaan klinis yang dianggap bermakna

$\alpha$  : Tingkat kemaknaan yang diinginkan

$\beta$  : hasil negative palsu atau besar peluang untuk tidak menolak = 0.8

Nilai simpangan baku dari penelitian ini dapat diambil dari pustaka (Dahlan, 2010).

Hasil dari perhitungan dengan rumus diatas diperoleh besar jumlah sampel sebanyak 17 baik dari kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Untuk jumlah sampel yang digunakan, peneliti menggunakan total sampling

Dari periode Januari sampai dengan Februari 2021.

Penelitian ini akan dilaksanakan di PKM Cibatu, waktu penelitian Januari sampai dengan Februari 2021.

J. Metode penelitian yang akan digunakan adalah kuantitatif dengan desain kuasi eksperimen post test. Dalam penelitian ini terdapat 2 (dua) kelompok, yaitu kelompok

kontrol merupakan kelompok tanpa dilakukan intervensi pemijatan dan kelompok kasus yang diberikan bimbingan tentang teknik pijat oksitosin yang dilakukan oleh suami. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu post partum hari I dan ke II di Puskesmas Cibatu tidak mengkonsumsi obat pelancar ASI. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 20 orang.

Teknik pengambilan sampel dengan cara purposive sampling. Pelaksanaan pengumpulan data melalui tahap sebagai berikut Pertama ketua peneliti mengajukan surat permohonan tertulis kepada pihak puskesmas untuk melakukan penelitian, setelah mendapatkan balasan surat tersebut. setelah mendapatkan data, meminta persetujuan ibu dan suami untuk menjadi responden, bagi responden yang bersedia akan diberikan informed consent untuk ditanda tangani. melakukan pemilihan kelompok secara acak dan menandai kelompok kasus dan kontrol. Selanjutnya melakukan pelatihan pijat oksitosin yang akan dilakukan oleh suami yang merupakan kelompok kasus, adapun langkah-langkah yang dilakukan suami untuk melakukan pemijatan yaitu ibu mengambil posisi senyaman mungkin, bisa dilakukan dengan duduk atau berbaring miring, kemudian ibu menarik nafas dalam, lalu hembuskan dengan lembut sambil menutup mata, sementara suami mengelus permukaan punggung ibu dari daerah bahu kiri dan kanan membentuk huruf v sampai tulang ekor, lakukan belaian dengan lembut menggunakan jari-jari atau ujung jari, terus lakukan pijatan berulang-ulang, kemudian melakukan penilaian pada kelompok kontrol dan kelompok kasus dengan menggunakan lembar observasi berisi data karakteristik responden (kode responden, pendidikan, pekerjaan, usia, paritas, tanggal persalinan, istirahat, dan pengeluaran ASI) dan SOP yang berisi tentang prosedur pijat oksitosin.



## DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization (WHO). 2013. Indicators for Assessing Infant and Young Child Feeding Practices. Part I: Definitions. Conclusions of a consensus meeting held 6- 8 November 2013 in Washington , DC, USA.
2. Kemenkes RI. 2013. Pekan ASI sedunia 2013. Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA.
3. Depkes RI. 2015. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departmen Kesehatan, Republik Indonesia.
4. Roesli, Utami. 2012. Panduan Konseling Menyusui. Jakarta : Pustaka Bunda
5. Kuswandi, Lanny. 2011. Hypnobirthing. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer.
6. Hartono, Oktavia, Nindy. 2016. Massase Endorphin Terhadap Volume ASI pada Ibu Post Partum. Vol VIII No 2 Jurnal Kebidanan.
7. Malau. 2010. Hubungan Dukungan Suami dan Kemauan Ibu dalam Memberikan ASI Eksklusif di Puskesmas Teladan Medan. Medan : Skripsi FKM USU Jadwal penelitian disusun dengan mengisi langsung tabel berikut dengan memperbolehkan penambahan baris sesuai banyaknya kegiatan. Daftar pustaka disusun dan ditulis berdasarkan sistem nomor sesuai dengan urutan pengutipan. Hanya pustaka yang disitasi pada usulan penelitian yang dicantumkan dalam Daftar Pustaka.
8. Astuti R, Yuli. 2014. Payudara dan Laktasi. Jakarta : Salemba Medika
9. Roesli, Utami. 2010. Mengenal ASI Eksklusif. Jakarta: Trubus Argriwidya
10. Hargi, J.P. 2013. Hubungan Dukungan Suami dengan Sikap Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Primipara di Wilayah Kerja Puskesmas Pisangan.
11. Guyton dan Hall. 2008. Buku Ajar Fisiologi Edisi 11. Jakarta : EGC
12. Aprillia, Yesie dan Ritchmond, Brenda 2011. Siapa Bilang Melahirkan Itu Sakit. Yogyakarta : Andi
13. Safitri, W.N, Susilaningih. 2015. Pijat Punggung dan Percepatan Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum. Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (JIKI) Vol. I No.2 November 2015 : 148-153.
14. Pamuji, Supriyana, Rahayu. 2014. Pengaruh Kombinasi Metode Woolwich dan Endorphin Terhadap Kadar Hormon Prolaktin dan Volume ASI Vol 6 No I Bhamada.

15. Widiyanti, A.F, Setyowati, H. 2014. Perbedaan antara Dilakukan Pijatan Oksitosin dan Tidak Dilakukan Pijatan Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas Di Wilayah Puskesmas Ambarawa. Skripsi : AKBID Ngudi Waluyo Ungaran.
16. Prijatni, I. 2017. Pengabdian Kepada Masyarakat : Peran Suami Dalam Mendukung Kelancaran Pengeluaran ASI Dengan Pijat Oksitosin Volume 1 No 1. Jawa Timur : Jurnal Idaman