

EFEKTIVITAS AKUPRESURE DAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP WAKTU PENGELUARAN KOLOSTRUM PADA IBU *POSTPARTUM* DI RUANG CATELYA RSUD RATU AJI PUTRI BOTUNG PENAJAM PASER UTARA

Effectiveness of Acupressure and Oxytocine Massage on Colostrum Expenditure in Postpartum Mothers in The Catelya Room Ratu Aji Putri Hospital, Botung Penajam Paser Utara

Rusdiani¹, Dini Indo Virawati², Satriani³

¹Prodi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kaltim, Indonesia

²Prodi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kaltim, Indonesia

³Prodi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kaltim, Indonesia

Korespondensi: Rusdiani dan rusdiani0183@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: ASI merupakan hadiah pertama untuk bayi baru lahir dikehidupannya. Masalah yang sering dihadapi ibu post partum adalah koostrum yang belum keluar sehingga perlu dilakukan upaya non farmakologis yaitu pijat endorfin dan pijat oksitosin. **Tujuan Penelitian:** Mengetahui efektivitas akupresure dan pijat oksitosin efektif terhadap waktu pengeluaran kolostrum pada ibu *postpartum*. **Metedologi:** Quasi experimental design dengan rancangan penelitian *Post-test Only Design*, populasi adalah seluruh ibu *postpartum* hari I dan II yang melahirkan di RSUD Ratu Aji Putri Botung Penajam Paser Utara. Instrumen penelitian adalah SOP dan lembar observasi. Teknik analisa data univariat dan analisa bivariat menggunakan uji *independent t test*. **Hasil:** Tidak ada perbedaan efektivitas waktu pengeluaran kolostrum antara kelompok yang dilakukan akupresure dan kelompok yang dilakukan pijat oksitosin pada ibu *post partum* di RSUD Ratu Aji Putri Botung dengan nilai p value 0,201 dimana selisih waktu pengeluaran kolostrum 0,575 jam. **Kesimpulan:** Akupresur dan pijat oksitosin dapat mempercepat waktu pengeluaran kolostrum pada ibu post partum.

Kata Kunci: Akupresur; Pijat Oksitosin; Kolostrum.

ABSTRACT

Background: Breast milk is the first gift for newborns in their life. The problem that is often faced by post partum mothers is the coostrum that has not come out so it is necessary to do non-pharmacological efforts, namely endorphen massage and oxytocin massage. **Research Objectives:** To determine the effectiveness of acupressure and oxytocin massage on the timing of colostrum expulsion in postpartum mothers. **Methodology:** Quasi experimental design with *Post-test Only Design*, the population is all postpartum mothers on the first and second days who gave birth at Ratu Aji Putri Hospital, Botung Penajam Paser Utara. The research instrument is SOP and observation sheet. The technique of univariate data analysis and bivariate analysis used the *independent t test*. **Results:** There was no difference in the effectiveness of the colostrum expulsion time between the group that received acupressure and the group that received oxytocin massage on post partum mothers at Ratu Aji Putri Botung Hospital with a p value of 0,201 where the difference in colostrum expulsion time was

0,575 hours. **Conclusion:** *acupressure and oxytocin massage can accelerate the time of colostrum expulsion in postpartum mothers.*

Keywords: *Acupressure; Oxytocin Massag; Colostrum.*

PENDAHULUAN

ASI merupakan hadiah pertama untuk bayi baru lahir dikehidupannya. Pada hari pertama sampai hari ketiga atau keempat ASI mengandung kolostrum yang berwarna kekuningan, produksi kolostrum 10-100 cc pada hari pertama, dan meningkat setiap hari hingga 150 ml/24 jam (Astutik, 2018). Bayi yang mendapatkan ASI memiliki keuntungan karena mengandung sel imun yang dapat mempertahankan kekebalan tubuh bayi sehingga bayi tahan terhadap bakteri dan virus (Nur, 2019).

Cakupan ASI Eksklusif di Kalimantan timur tahun 2020 sebesar 76,1% (Kemenkes RI, 2020), mengalami penurunan dibandingkan tahun 2019 sebesar 78,15% (Kemenkes RI, 2020). Cakupan ASI eksklusif di Kabupaten Penajam Paser Utara tahun 2021 sampai bulan April sebesar 31,8% (Dinkes PPU, 2021).

Kegagalan ASI eksklusif sebagian dimulai sejak kegagalan pemberian kolostrum dengan alasan ASI belum keluar dan ibu memberikan minuman tambahan, untuk membantu mempercepat pengeluaran kolostrum salah satunya melalui terapi Akupresur. (Setyowati, 2018).

Akupresur adalah teknik pengobatan nonfarmakologi yang berkaitan erat dengan akupunktur, dengan melakukan tekanan pada titik-titik tertentu dalam tubuh. Akupresur tersebut dapat memberikan perintah kepada hipofisis untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin. (Rahmaika et al., 2018).

Menurut hasil penelitian Saraung and Bataha (2017) dalam judul Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Produksi ASI pada Ibu *postpartum* di Puskesmas Ranotana Weru menunjukkan terapi akupresur efektif untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu *postpartum*.

Selain akupresure, tindakan alternatif lain yang dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI adalah pijat oksitosin (Lestari, 2017). Manfaat pijat oksitosin yang lain adalah dapat merangsang *reflex let down* pada bayi, memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak pada payudara, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, dan mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Delima et al., 2017).

Penelitian Asih (2018) menunjukkan ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI di BPM Lia Maria Sukarame Bandar Lampung. Penelitian yang dilakukan Rahayu (2018) menunjukkan hasil pengukuran produksi ASI didapatkan nilai $p=0,013$ yang berarti ada perbedaan produksi ASI yang signifikan antara pijat oksitosin dan Kelompok kontrol. Pijat oksitosin dapat meningkatkan kenyamanan dan produksi ASI pada ibu *postpartum*.

Pasien *postpartum* di RSUD Ratu Aji Putri Botung memiliki jumlah tertinggi pertama dibandingkan jumlah *postpartum* di fasilitas kesehatan lainnya di Kabupaten Penajam Paser Utara yaitu sebanyak 128 *postpartum* normal dari 698 jumlah total *postpartum* di Kabupaten Penajam Paser Utara sejak bulan Maret – Mei 2021.

Berdasarkan hal tersebut di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yaitu “Efektivitas Akupresur dan Pijat Oksitosin Terhadap Waktu Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu *postpartum* di RSUD Ratu Aji Putri Botung Penajam Pasar Utara”.

TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas akupresur dan pijat oksitosin terhadap waktu pengeluaran kolostrum pada ibu *postpartum* di RSUD Ratu Aji Putri Botung Penajam Pasar Utara.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *quasi eksperiment* dengan rancangan *Post-test Only Design* (Nazir, 2019). Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu *postpartum* hari I dan II yang melahirkan di RSUD Ratu Aji Putri Botung Penajam Paser Utara. Jumlah rata-rata persalinan perbulan sebanyak 128 persalinan. Teknik pengambilan sampel *consecutive sampling* sebanyak 38 orang. Jumlah total sampel yang digunakan adalah 76 orang. Instrumen yang digunakan SOP dan lembar observasi. Analisis yang digunakan uji *paired t-test*.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Tabel 1. Waktu Pengeluaran Kolostrum Pada Kelompok Akupresure Ibu Post Partum

Waktu Pengeluaran Kolostrum	Rerata (SD)	Min-Max	95 % CI	
			Lower Upper	Lower Upper
Akupresure	7,146 (2,177)	3.50-11,55	6,430	7,861

Rata-rata pengeluaran kolostrum setelah dilakukan akupresur adalah 7,146 jam, nilai standar deviasi 2,1775 dengan

waktu tercepat adalah 3,5 jam dan waktu terlama adalah 11,55 jam dengan nilai *Confidence Interval* antara 6,430-7,861.

Tabel 2.

Waktu Pengeluaran Kolostrum Pada Kelompok Pijat Oksitosin Ibu Post Partum

Waktu Pengeluaran Kolostrum	Rerata (SD)	Min-Max	95 % CI	
			Lower Upper	Lower Upper
Pijat Oksitosin	7,712 (1,685)	3,50-10,50	7,168	8,275

Rata-rata pengeluaran kolostrum setelah dilakukan pijat oksitosin adalah 7,712 jam nilai standar deviasi 1,685 dengan waktu tercepat adalah 3,5 jam dan waktu terlama adalah 10,50 jam dengan nilai *Confidence Interval* antara 7,168-8,275.

Analisis Bivariat

Tabel 3.

Perbedaan Efektifitas Akupresur dan Pijat Oksitosin Terhadap Waktu Pengeluaran Kolostrum pada Ibu *Postpartum*

Pengukuran	Rerata (SD)	Beda Rerata	IK 95 %	P value
Pengeluaran Kolostrum Kelompok Akupresur	7,146 (2,177)	0,575	1,466 - 0,314	0,201
Pengeluaran Kolostrum Kelompok Pijat Oksitosin	7,722 (1,685)			

Hasil uji *t independent* diperoleh nilai *P value* sebesar 0,201 > 0,005 dan perhitungan uji *t independent* didapatkan nilai *t* hitung pada pengukuran waktu pengeluaran kolostrum adalah 1,289, sedangkan *t* tabel dengan derajat bebas

$n-2 = 76-2 = 74$ dan $\frac{1}{2} \alpha = 2.5\%$ sebesar 2,048 sehingga $t_{hitung} 1,289 < t_{tabel} 2,048$, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan waktu pengeluaran kolostrum antara kelompok yang dilakukan akupresure dengan kelompok yang dilakukan pijat oksitosin pada ibu *post partum* di RSUD Ratu Aji Putri Botung Penajam Paser Utara.

PEMBAHASAN

Pengeluaran Kolostrum pada Kelompok yang Dilakukan Akupresur apda Ibu *Post Partum*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok ibu *post partum* yang diberikan intervensi seluruh responden yaitu 38 responden waktu pengeluaran kolostrum cepat < 24 jam dengan rata-rata waktu pengeluaran kolostrum 7,146 jam setelah persalinan.

Akupresur mempunyai pengaruh terhadap pengeluaran kolostrum karena penekanan yang dilakukan dapat mempengaruhi pelepasan hormon prolaktin yang selanjutnya akan membantu mempercepat pengeluaran kolostrum. Hal ini telah dipaparkan menurut Cholifah, Setyowati dan Mareta (2014) dalam Wulandari et al. (2019), akupresur dapat memberikan rangsangan pada syaraf-syaraf kelenjar payudara, respon dari rangsangan dikirim ke hipotalamus untuk memproduksi hormon prolaktin dan dialirkan menuju hipofisis anterior untuk mengeluarkan hormon prolaktin menuju ke payudara. Selanjutnya hormon prolaktin akan merangsang sel-sel alveoli untuk pembentuk ASI. Inilah yang menyebabkan ada kaitannya dengan pengaruh akupresur terhadap produksi air susu ibu (ASI).

Menurut peneliti, keberhasilan pengeluaran kolostrum pada ibu *post partum* disebabkan karena ibu dapat mengikuti seluruh intervensi yang dilakukan dan berusaha menyusui

bayinya sehingga pelaksanaan intervensi dapat berjalan dengan baik dan memberikan hasil yang maksimal.

Pengeluaran Kolostrum pada Kelompok yang Dilakukan Pijat Oksitosin pada Ibu *Post Partum*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok ibu *post partum* yang diberikan intervensi pijat oksitosin pengeluaran kolostrumnya cepat < 24 jam dengan rata-rata waktu pengeluaran kolostrum 7,722 jam setelah persalinan dengan pengeluaran kolostrum tercepat adalah 3,5 jam dan waktu terlama adalah 10,5 jam.

Ibu yang dilakukan pijat oksitosin pada penelitian ini pengeluaran kolostrumnya semakin cepat, karena saat dilakukan pijat ibu akan merasa nyaman dan lebih rileks hal ini akan merangsang keluarnya hormon oksitosin yang kemudian diikuti pengan prolaktin yang merangsang keluarnya ASI. ASI sangat dipengaruhi oleh ketenangan jiwa dan pikiran ibu karena apabila kondisi ibu tertekan, sedih, kurang percaya diri dan berbagai bentuk ketegangan emosional akan menurunkan volume ASI bahkan tidak akan terjadi produksi ASI (Saleha, 2019).

Pengeluaran kolostrum yang lambat dapat menyebabkan ibu merasa cemas karena khawatir bayinya tidak mendapatkan asupan makanan tetapi kecemasan akan menyebabkan terganggunya pengeluaran kolostrum.

Asih (2018) menjelaskan bahwa pengeluaran kolostrum pada ibu *post partum* dipengaruhi oleh kelancaran dan frekuensi dalam menyusui bayinya. Kegagalan dalam menyusui dapat disebabkan karena kurangnya informasi tentang frekuensi dan cara menyusui yang benar. Frekuensi menyusui berhubungan dengan rangsangan isapan pada payudara dengan produksi oksitosin dan prolaktin

untuk memproduksi air susu (Angriani et al., 2018).

Menurut peneliti, keberhasilan pengeluaran kolostrum pada ibu post partum disebabkan karena ibu dapat mengikuti seluruh intervensi yang dilakukan dan berusaha menyusui bayinya sehingga pelaksanaan intervensi dapat berjalan dengan baik dan memberikan hasil yang maksimal.

Perbedaan Efektivitas Pengeluaran Kolostrum antara Kelompok yang Dilakukan Akupresure dan Kelompok yang Dilakukan Pijat Oksitosin pada Ibu *Post Partum*

Hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan dengan nilai p value $0,201 > \alpha$ $0,05$ antara kelompok yang diberikan intervensi akupresure dan pijat oksitosin. Dimana ibu post partum yang diberikan akupresure rata-rata waktu pengeluarannya 0,575 jam lebih cepat dibandingkan dengan ibu post partum yang diberikan pijat oksitosin yang menunjukkan selisih waktu yang sangat kecil dan dinyatakan tidak signifikan.

Produksi ASI ibu besar dipengaruhi oleh kenyamanan psikologi dan kondisi fisik ibu. Pijat oksitosin dapat merangsang reflek hormon oksitosin atau let down reflex. Dengan adanya pijat oksitosin pada punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang akan membuat ibu merasa rileks dan menghilangkan kelelahan. Ibu yang merasa rileks dan tenang akan memproduksi hormon oksitosin yang lebih banyak. Pelepasan ASI berada dibawah kendali neuro-endokrin yang mana terjadi bila ada rangsangan sentuhan serta kenyamanan tubuh dan ketenangan pikiran ibu. Untuk menimbulkan kenyamanan ibu salah satunya dengan cara pijat oksitosin (Wiknjosastro, 2017).

Selain itu pijat oksitosin juga merupakan salah satu bentuk dari hypno breastfeeding dimana dengan pijat oksitosin ibu akan lebih nyaman rileks, dan lebih percaya diri untuk dapat menyusui bayinya secara maksimal. Hal ini akan membuat psikologi ibu semakin kuat serta merangsang keluarnya hormon oksitosin yang akan sangat membantu dalam proses laktasi yaitu dapat meningkatkan produksi ASI. Berdasarkan hal tersebut maka pijat oksitosin efektif merangsang pengeluaran kolostrum (Saleha, 2019).

Pengeluaran hormon oksitosin akan diimbangi dengan meningkatnya hormon prolaktin. Kedua hormon tersebut akan merangsang kerja sel-sel alveoli dalam payudara untuk berkontraksi sehingga produksi ASI semakin meningkat. Sebagaimana manfaat pijat oksitosin adalah untuk merangsang reflek oksitosin atau *reflex let down*, memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak (*engorgement*), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Wiknjosastro, 2017).

Menurut peneliti keberhasilan percepatan waktu pengeluaran kolostrum disebabkan baik pada akupresure dan pijat oksitosin karena intervensi yang dilakukan dengan prosedur yang tepat sesuai SOP dan pelaksanaan intervensi dilakukan dengan kerjasama yang baik antara peneliti dengan ibu post partum sebagai responden, akupresure dan pijat oksitosin memiliki manfaat yang sama karena kedua intervensi ini merangsang oksitosin dan bekerja pada titik yang berbeda tetapi msama-sama merangsang hormon prolaktin dan hormon oksitosin untuk mempercepat pengeluaran kolostrum.

KESIMPULAN

Pengeluaran kolostrum pada kelompok yang dilakukan akupresure pada ibu *post partum* rata-rata waktu pengeluaran kolostrum 7,146 jam, standar deviasi 2,177, minimum 3,5 jam dan maksimum 11,55 jam. Pengeluaran kolostrum pada kelompok yang dilakukan pijat oksitosin pada ibu *post partum* rata-rata waktu pengeluaran kolostrum 7,722 jam, standar deviasi 1,685, minimum 3,5 jam dan maksimum 10,50 jam. Tidak ada perbedaan efektivitas waktu pengeluaran kolostrum antara kelompok yang dilakukan akupresure dan kelompok yang dilakukan pijat oksitosin pada ibu *post partum* di RSUD Ratu Aji Putri Botung dengan nilai p value 0,201 dimana selisih waktu pengeluaran kolostrum 0,575 jam.

DAFTAR PUSTAKA

- Asih, Yusari, R. (2018). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Ilmiah Keprawatan Sai Betik*, 2.
- Delima, M., Arni, G., & Rosya, E. (2017). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui Di Puskesmas Plus Mandiangin. *Jurnal Ipteks Terapan*, 9(4), 283–293. <https://doi.org/10.22216/jit.2015.v9i4.1238>.
- Dinkes PPU. (2021). *Cakupan ASI eksklusif di Kabupaten Penajam Paser Utara tahun 2021*. Badan Pusat Statistik. <https://jdih.penajamkab.go.id/web/>.
- Humaira, P., & Indira, P. (2020). Hubungan Status Gizi Dengan Waktu Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Nifas Di Pmb Nuraini, Skm Kecamatan Batee Kabupaten Pidie Tahun 2020. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(2), 2615–109.
- Khabibah, L., & Mukhoirotin, M. (2019). Pengaruh Terapi Akupresur dan Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Postpartum di RSUD Jombang. *JURNAL EDUNursing*, 3(2), 68–77.
- Lestari. (2017). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Kecamatan Malalayang Kota Manado. *Community Health*.
- Mardiyaningsih et al. (2018). Livelihood Structure Transformation of Rural Communities: A Livelihood System Analysis of the Dayak Punan of Berau. *Journal of Economics and Sustainable Development*, 9(18), 11–20.
- Maritalia, D. (2018). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Gosyen Publishing.
- Nazir, M. P. D. (2019). *Metode Penelitian*. Ghalia Indonesia.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Rahmaika Arumsari, D., W. A., & Indrawan, I. and Sri Wahyuni, E. (2018). The Combination of Acupressure and Affirmation Relaxation as an Alternative Method to Increase Breast Milk Production and Breastfeeding Self-efficacy. *Research Journal of Life Science*, 5(1), 66–76.
- Roesli. (2017). *Panduan Inisiasi Menyusui Dini Plus ASI Eksklusif*. Pustaka Bunda.
- Setyowati, A. (2018). Hubungan Inisiasi Menyusui Dini dengan Produksi ASI Selama 6 Bulan Pertama. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, 4(1), 30. <https://doi.org/10.29241/jmk.v4i1.99>.
- Soetjningsih. (2017). Pengaruh Menyusui, Glukosa 40% dan Memeluk Bayi terhadap Respon Nyeri pada Bayi Cukup Bulan

(Suatu Uji Klinis). *Sari Pediatri*,
9(3), 207.
<https://doi.org/10.14238/sp9.3.2007.207-12>.

Walyani E S dan Purwoastuti E. (2017).
Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dan Menyusui. Pustaka Baru Press.

Wulandari, A. S., Hasanah, O., & Sabrian, F. (2019). Pengaruh Akupresur Terhadap Produksi Air Susu Ibu (Asi). *Jurnal Ners Indonesia*, 9(2), 51.
<https://doi.org/10.31258/jni.10.1.51-60>.