

EFEKTIVITAS PEMBERIAN PIJAT OKSITOSIN DAN TEH BIJI KLABET (TRIGONELLA FOENUM-GRACEUM L.) TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI**Annah Hubaedah¹, Valencia Cantika Putri Susanto²**annah@unipasby.ac.id¹, valenciacantika87@gmail.com²**Universitas PGRI Adi Buana Surabaya****ABSTRAK**

ASI merupakan makanan utama yang untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang dapat dicerna sistem pencernaan bayi, namun ada beberapa alasan yang membuat ibu memutuskan untuk berhenti memberikan ASI salah satunya yaitu karna produksi ASI yang dirasa kurang mencukupi. Upaya untuk meningkatkan produksi ASI dapat dilakukan dengan pengobatan tradisional menggunakan pemberian pijat oksitosin pijat oksitosin dan teh biji klabet (*Trigonella Foenum-Graceum L.*) Tujuan penelitian ini adalah efektivitas pemberian pijat oksitosin dan teh biji klabet (*Trigonella Foenum-Graceum L.*) terhadap peningkatan produksi ASI. Desain penelitian yang digunakan adalah Pre Eksperimental Design dengan metode One group Pretest Posttest Design, dengan populasi 42 ibu nifas dan besar sampel 38 ibu postpartum secara purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan SOP. Analisis data menggunakan uji Kolmogorof Simirmov dan Paired t-test. Responden diberikan pijat oksitosin dan teh biji klabet 3g sehari 2 kali selama 7 hari. Hasil sebelum diberikan intervensi produksi ASI ibu postpartum kurang lancar 52,63% nilai mean 3,37 dan sesudah diberikan intervensi terjadi peningkatan produksi ASI lancar 63,16% nilai mean 5,76%. Berdasarkan hasil uji analisis paired t-test p value $0,000 < 0,05$ H_1 ditolok H_0 . Maka dapat disimpulkan terdapat efektivitas pemberian pijat oksitosin dan teh biji klabet (*Trigonella Foenum Graceum L.*) terhadap peningkatan produksi ASI. Pijat oksitosin sangat bermanfaat dilakukan pada saat hari pertama setelah melahirkan untuk memperlancar ASI.

Kata Kunci: Pijat Okstosin, Teh Biji Klabet, Produksi ASI.

ABSTRACT

*Breast milk is the main food that meets the nutritional needs that can be digested by the baby's digestive system, but there are several reasons that make mothers decide to stop breastfeeding, one of which is because milk production is considered insufficient. . Efforts to increase breast milk production can be done by using traditional medicine. Oxytocin massage Oxytocin massage and Klabet seed tea (*Trigonella Foenum-Graceum L.*). The purpose of this study is the effectiveness of oxytocin massage and clate seed tea (*Trigonella Foenum-Graceum L.*) on increasing breast milk production. The research design used was Pre Experimental Design with the One group Pretest Posttest Design method, with a population of 42 postpartum mothers and a sample size of 38 postpartum mothers by purposive sampling. The research instrument uses observation sheets and SOPs. Data analysis used the Kolmogorof Simirmov test and the Paired t-test. Respondents were given oxytocin massage and 3g clabette seed tea 2 times a day for 7 days. Research Results: The effectiveness of oxytocin massage and clate seed tea (*Trigonella Foenum Graceum L.*) on increasing breast milk production on average before administration was 52.63 and after administration was 63.16. The results of the Paired t-test obtained a P value of $0.000 > 0.05$ which means that there is an increase in breast milk production. Based on the results of the paired t-test p value $0.000 < 0.05$ H_1 diteria H_0 was rejected. Therefore, it can be concluded that there is an effectiveness of oxytocin massage and clabet seed tea (*Trigonella Foenum Graceum L.*) on increasing breast milk production. Oxytocin massage is very useful to do on the first day after giving birth to facilitate breast milk.*

Keywords: Oxosin Massage, Klabet Seed Tea, Breast Milk Production.

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan utama bagi bayi yang disekresikan oleh payudara ibu dan terdapat dalam bentuk larutan protein, laktosa, dan garam organik. Kandungan ASI yang sangat luar biasa menjadikan ASI sebagai zat gizi terbaik untuk bayi pada awal kehidupannya, namun dalam pemberiannya masih banyak terdapat kegagalan dapat menimbulkan beberapa dampak yang buruk untuk ibu dan bayinya. (Siti Halimah, 2022).

Menurut data WHO (2023), presentase tingkat pemberian ASI Eksklusif secara global sekitar 48% mendekati target World Health Assembly sebesar 50% pada tahun 2025 (WHO, 2023). Sedangkan dari data Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2023 Indonesia cakupan bayi yang menerima ASI Eksklusif sekitar 73,97%. Namun, Di Jawa Timur angka ASI Eksklusif sekitar 72,68%, Sedangkan di Kabupaten Sidoarjo mencapai 71,5%, angka tersebut masih di bawah target nasional yang telah ditetapkan sebesar 80% (Badan Pusat Statistik, 2023).

Dampak rendahnya cakupan ASI eksklusif dapat meningkatkan kejadian dire, penyakit auran pernafasan (ISPA), dan juga ganggan pertumbuhan disertai gizi kurang pada masa balita dan kematian balita. Poroduksi ASI bisa dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti, frekuensi menyusui pemberian ASI, berat bayi saat lahir usia kehamilan saat bayi lahir, usia ibu dan paritas, stress dan penyakit akut niasasi menyusui dini (IMD), perokok, konsumsi alkohol, perawatan payudara, penggunaan alat kontrasepsi dan status gizi. Selain beberapa faktor tersebut, hormon oksitosin juga mempengaruhi terhadap peningkatan produksi ASI (Sayangi et al., 2024).

Faktor yang juga berhubungan dengan produksi ASI adalah dukungan psikologi, kecemasan dan ketakutan ibu akan kurangnya produksi ASI serta kurangnya pengetahuan ibu tentang proses menyusui yang akan mnyebabkan penurunan hormon oksitosin sehingga ASI tidak dapat keluar segera setelah melahirkan dan akhirnya ibu memutuskan untuk memberikan susu formula pada bayi (Nyoman et al., 2024).

Cara kebiasaan masyarakat jawa dalam memelihara kesehatan ibu nifas tidak terlepas dari pengobatan tradisional dengan menggunakan tumbuhan telah dilakukan sejak dahulu secara turun temurun oleh masyarakat Indonesia. Meskipun pengobatan modern telah berkembang hingga ke daerah pedesaan, namun penggunaan tumbuhan sebagai obat masih tetap diminati masyarakat dan saat ini semakin berkembang. Tanaman obat keluarga (TOGA) menjadi salah satu pilihan masyarakat untuk ditanam di lahan pekarangan, dengan pertimbangan karena dapat dimanfaatkan untuk kesehatan. Tanaman obat dapat dijadikan obat yang aman, tidak mengandung bahan kimia, murah, dan mudah didapat. Pemanfaatan obat tradisional tersebut sebagai upaya untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit dan perawatan kesehatan. Tanaman Toga juga dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan produksi ASI, berikut adalah tanaman toga yang dapat dimanfaatkan sebagai meningkatkan produksi ASI antara lain daun katuk, daun pegagan dan daun torbagun, biji klabet (Yuliani, 2021).

Biji klabet yang juga dikenal sebagai biji klabet (*Trigonella Foenum-Graceum*). Memiiki Kandungan yang mencakup sekitar 20-25% protein, 45-50% serat makanan, dan 20-25% serat larut yang memiliki tekstur lendir. Selain itu, terdapat sekitar 6-8% asam lemak serta minyak esensial, dan sekitar 2-5% steroid saponin. Komponen tambahan yang terdapat dalam biji ini meliputi flavonoid, alkaloid seperti trigonolin, cholin, gentianin, dan carpaine, juga asam amino seperti 4-hydroxyisoleucine. Ada juga spirostanol dan furastanol seperti diosgenin, gitogenin, dan yamogenin yang merupakan komponen utama yang memberikan efek farmakologis pada biji klabet.

Kegunaan biji klabet untuk Peningkatan Produksi ASI biji klabet sering digunakan untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Komponen dalam biji ini diyakini dapat merangsang produksi susu, Manajemen Diabetes Beberapa penelitian menunjukkan bahwa biji klabet dapat membantu mengatur kadar gula darah. Kandungan serat dan senyawa aktifnya dapat mempengaruhi penyerapan gula dan insulin dalam tubuh, Penurunan Kolesterol Beberapa studi menunjukkan bahwa biji klabet dapat membantu menurunkan kadar kolesterol, terutama kadar kolesterol LDL (kolesterol jahat), Berat Badan kandungan serat dalam biji klabet dapat membantu mengontrol nafsu makan dan merasa kenyang lebih lama, yang bisa mendukung dalam manajemen berat badan, Penyembuhan Luka dalam beberapa kasus, biji klabet telah digunakan secara topikal atau dioleskan pada kulit untuk membantu penyembuhan luka (Hutapea et al., 2021b). Ada beragam cara untuk meningkatkan produksi ASI selain mengkonsumsi teh biji klabet.

Pijat oksitosin melibatkan gerakan-gerakan pijat pada bagian punggung ibu yang sedang menyusui dengan tujuan meningkatkan produksi hormon oksitosin. Melalui pijatan ini, oksitosin dapat dirangsang untuk memicu respons fisik yang dikenal sebagai refleks oksitosin atau refleks let down . Saat terjadi stimulasi hormon oksitosin keluar akibat rangsangan Gerakan isapan bayi berpengaruh terhadap saraf pada glandula pituitary posterior, yang mengakibatkan mioepitel di sekitar alveoli berkontraksi dan mendorong ASI masuk ke dalam pembuluh ampula. Produksi oksitosin dipengaruhi oleh reseptor pada ductus. Ductus yang melebar, maka hipofisis akan mengeluarkan oksitosin (Lestari prasetya, fatimah, 2021).

Telah di buktikan oleh penelitian yang dilakukan Rahayu (2018) penerapan pijat oksitosin memiliki efek untuk merangsang kadar oksitosin ibu postpartum dan meningkatkan suplai ASI mereka. Hasil yang di dapatkan ibu yang melakukan pijat oksitosin mengalami rileks dan lebih nyaman, sehingga produksi ASI meningkat (Sukmawati, 2022). Hasil penelitian di Turki juga mengatakan bahwa, pengaruh teh herbal yang mengandung biji klabet(*Trigonella Foenum-Graceum L.*) pada produksi ASI dan pemulihan berat badan bayi. Hasilnya menunjukkan bahwa teh herbal dengan kelompok biji klabet(*Trigonella Foenum-Graceum L.*) memiliki .hampir dua kali lipat volume rata-rata susu yang dipompa (Karima et al., 2019)

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di BPM Tutut Ismayanti pada bulan November- Desember 2023 dari 9 ibu post partum yang menyusui didapatkan 7 ibu mengalami produksi ASI tidak lancar karena kurangnya nutrisi pada ibu, 1 ibu tidak memberikan ASI secara intens, 3 posisi mulut bayi yang kurang benar pada saat menyusui.

Berdasarkan latar belakang, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul Efektivitas Kombinasi Pemberian Teh Biji Klabet (*Trigonella Foenum-Graceum L.*) Dan Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Penelitian ini menggunakan Pre Eksperimental Design.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di 2 TPMB yaitu TPMB Tutut Ismayanti yang terletak di wilayah kerja Jl. Raya Saimbang, Kebonagung, Kec. Sukodono, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur. TPMB Tutut Ismayanti melayani ANC, persalinan, KB, Imuisasi, pelayanan kesehatan ibu dan anak. Dalam jangka waktu Selanjutnya TPMB Suprihatin yang di wilayah

kerja Dusun Kemendung, Sidodadi, Kec.Taman, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur. TPMB Suprihatin melayani ANC, ibu menetek, ibu nifas, bayi dan anak, akseptor KB, persalinan, dan imunisasi. Periode peneliiian dari bulan Oktober 2023 hingga Juli 2024, untuk pengambilan data dalam rentang waktu April – Juni 2024. Pengambilan sampel yaitu Sebagian ibu post partum sejumlah 38 responden yang diberikan intervensi pijat oksitosin dan teh biji klabet 3g (*Trigonella Foenum Graceum L.*) 2 kali sehari yang diminum teratur sampai 7 hari. Penelitian menggunakan enomurator suami responden

2. Data Umum

1. Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Pemberian Pijat Oksitosin & Pijat Oksitosin			
Kategori	f	(%)	P value
Umur			
<20 thn	1	2.63	0.37
20-35 thn	36	94.74	
>35 thn	1	2.63	
Pendidikan			
SD	0	0	0.45
SMP	2	5.26	
SMA	22	57.89	
Perguruan Tinggi	14	36.84	
Paritas			
Primigravida	26	68.42	1.00
Multigravida	12	31.58	
Grande Multipara	0	0	
Nutrisi			
Tarak	0	0	0.00
Tidak Tarak	38	100	
Pekerjaan			
Ibu Rumah Tangga	25	65.79	0.51
Bekerja	13	34.21	
Frekuensi Menyusui			
< 8 kali sehari	29	76.32	0.46
>8 kali sehari	9	23.68	

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil dari 38 responden kategori usia Sebagian besar berusia 20-35 tahun sejumlah 36 resonden (94,74%). Pada kategori Pendidikan didapatkan Sebagian besar berpendidikan SMA sejumlah 22 responden (57,89%). Pada kategori paritas didapatkan Sebagian besar primigravida sejumlah 26 responden (68,42%). Pada karakteristik nutrisi 38 responden (100,00%) tidak tarak. Pada kategori responden berdasarkan pekerjaan sebagian besar bekerja sebagai ibu rumah tangga sejumlah 25 responden (65,79%). Pada kategori responden berdasarkan frekuensi menyusui Sebagian besar < 8 kali sehari 29 responden (76.32%).

Pada hasil uji homogenitas pada kategori usia hasil p value 0,37 dapat disimpulkan jika usia, pada kategori Pendidikan hasil p value 0,45, pada kategori paritas hasil p value 1.00, pada kategori nutrisi hasil p value 0.00, pada kategori pekerjaan hasl p value 0.51, pada kategori frekuensi menyusui hasil p value 0.46. Dapat disimpulkan pada ketgori usia, Pendidikan, paritas pekerjaan dan frekuensi menyusu dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok populasi data adalah sama hasil sig,> 0,05, kecuali pada nutrisi di apatkan

hasil tidak homogen di karenakan nilai sig <0,05.

3. Data Khusus

1. Analisa Data Pemberian Pijat Oksitosin dan Teh Biji Klabet (*Trigonella Foenum Graceum L.*) Terhadap Peningkatan Produksi ASI

Tabel 2 Analisa Data Pemberian Pijat Oksitosin dan Teh Biji Klabet (*Trigonella Foenu Graceum L.*) Terhadap Peningkatan Produksi ASI

Pemberian	Kurang Lancar		Cukup Lancar		Lancar		Rerata		p-value		
	f	%	f	%	f	%	Mean ± SD	Min - Max			
Pretest	20	52.63	18	47.37	0	0	Mean ± SD	3.37 ± 1.44	*0.550	**0.055	***0.000
							Min - Max	1.00-5.00			
							Median	4.00			
Posttest	0	0	14	36.84	24	63.16	Mean ± SD	5.76 ± 1.65			
							Min - Max	3.00 - 8.00			
							Median	6.00			

Keterangan:

*Uji homogenitas

**Uji normalitas

***Uji Analisa Data

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa produksi ASI sebelum pemberian Pijat Oksitosin & teh biji klabet Sebagian besar kurang lancar sejumlah 20 responden (52.63%). Sedangkan produksi ASI sesudah pemberian Pijat Oksitosin & teh biji klabet selama 7 hari Sebagian besar lancar sejumlah 24 responden (63.16%). Pada hasil rerata dapat disimpulkan bahwa pretest memiliki rata-rata / mean 3,37 dan posttest dengan nilai 5,76. Hasil uji homogenitas dapat disimpulkan bahwa nilai signifikan based on mean 0,55 >0,05, sehingga dapat dikatakan bahwa varian data adalah sama atau homogen. Hasil uji normalitas dapat disimpulkan bahwa nilai signifikan 0.

Hasil uji paired t-test dapat disimpulkan bahwa nilai sig (2 tailed) = 0,00 < 0,05, atau H1 diterima H0 ditolak yang artinya terdapat pengaruh pada peningkatan produksi ASI.

Pembahasan

1. Produksi ASI Sebelum Pemberian Pijat Oksitosin dan Teh Biji Klabet (*Trigonella Foenum Graceum L.*)

Hasil penelitian yang dilakukan di TPMB Tutut Ismyanti dan TPMB Suprihatin di Sidoarjo menunjukkan bahwa produksi ASI ibu nifas sebelum diberikan pijat oksitosin dan teh biji klabet (*Trigonella Foenum Graceum L.*) Sebagian besar produksi ASI kurang lancar yaitu sejumlah 20 responden (52,63%). Hasil nilai rerata sejumlah 3,57. Penyebab produksi ASI kurang lancar dipengaruhi oleh paritas ibu. Paritas ibu primigravida sejumlah 26 responden (68,42%).

Hal ini juga sesuai dengan penelitian (Wulandari et al., 2018) yang menyatakan produksi ASI kurang lancar berdsarkan paritas data yang didapat 23 responden (76,7%) dengan hasil rerata produski ASI (2,203). seorang ibu dengan bayi pertamanya mungkin akan mengalami kesulitan ibu primigravda yang pertama kali melahirkan akan memrlukan lebih banyak informasi dan dukungan menyusui. Menurut nirwana (2011) pada ibu paca persallinan ibu primigravida dalam kondisi dimana memasuksi fase baru, telalu banyak penyesuaian yag signifikan setelah kedatangan bayi baru. Berdasarkan penelitian (Riyanni et al., 2023) bahwa paritas multigravida merupakan parits yang baik dalam menyusui. Hal ini dikarenakan sudah adanya pengalaman menyusui pada anak sebelumnya dan ibu sudah pernah melewati masa post partum. Dengan hasil responden 91.7 % pada ibu multiparitas.

Pada hasil data frekuensi menyusui Sebagian besar < 8 kali sehari sejumlah 29 responden (76.32%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Magdalena et al., (2020) yang menyatakan pada 16 responden, terdapat 16 responden (100%) yang frekuensi menyusu <8 kali sehari. Manurung (2024), yang menyatakan bahwa sebaian responden yang

telah di teliti sejumlah 19 responden (57,6%) frekuensi memberikan ASI kurang dari 8 kali sehari. Hasil ini menunjukkan frekuensi pemberian ASI termasuk kategori rendah. Faktor yang mempengaruhi produksi ASI salah satunya yaitu frekuensi menyusui (Delvina et al., 2022). Sejalan dengan penelitian Yulianto et al (2022), frekuensi menyusui yang baik sekitar 10 sampai 12 kali sehari atau minimal 8 kali sehari. Semakin sering anak menghisap puting susu ibu maka akan terjadi peningkatan produksi ASI dan sebaliknya jika anak berhenti menyusui maka terjadi penurunan produksi ASI. Bila bayi menghisap puting payudara maka akan di produksi hormon prolaktin yang mengatur sel dalam alveoli agar memproduksi air susu.

Terdapat Faktor- faktor lain yang tidak dikaji oleh peneliti yang mempengaruhi peningkatan produksi ASI seperti Inisiasi Menyusui Dini (IMD). Menurut jurnal penelitian Nugraha (2022), Inisiasi Menyusui Dini merupakan salah satu Langkah untuk mensukseskan proses menyusui eksklusif pada bayi. Penundaan pelaksanaan menyusui dini dapat meningkatnya permasalahan menyusui. Melakukan IMD pada ibu post partum mempunyai pengaruh terhadap peningkatan produksi ASI. Hal ini dikarenakan semakin cepat proses inisiasi menyusui dini maka ibu dapat mulai menyusui sedini mungkin sehingga dapat meningkatkan produksi ASI. Inisiasi menyusui dini perlu dilakukan untuk setiap kelahiran, karena banyak manfaat yang akan didapatkan oleh ibu dan bayi. Selain manfaat yang didapatkan juga bersifat ekonomis. Menurut penelitian, ada juga faktor yang mempengaruhi produksi ASI yang sering dialami yaitu faktor psikologis, kondisi fisiologis ibu dapat mempengaruhi produksi ASI karena ibu butuh penyesuaian pasca melahirkan khususnya ibu primipara dalam memasuki fase baru. Sejalan dengan penelitian gangguan psikologi pada ibu menyebabkan berkurangnya pengeluaran ASI. faktor tersebut akan menghambat let down reflex, pada reflek ini dapat menghambat diantaranya ibu yang mengalami kecemasan (Saputra 2024).

Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan hasil penelitian yang sudah dilakukan dan peneliti sebelumnya memiliki kesamaan hasil, yang mempengaruhi produksi ASI yaitu paritas primigravida dan frekuensi menyusui yang kurang, IMD dan gangguan psikologi. Tetapi pada penelitian ini hanya terbatas pada faktor paritas dan frekuensi menyusui.

2. Produksi ASI Sesudah Pemberian Pijat Oksitosin dan Teh Biji Klabet (*Trigonella Foenum Graceum L.*)

Hasil penelitian yang dilakukan di TPMB Tutut Ismyanti dan TPMB Suprihatin di Sidoarjo menunjukkan bahwa produksi ASI ibu nifas sesudah diberikan pijat oksitosin dan teh biji klabet (*Trigonella Foenum Graceum L.*) Sebagian besar produksi ASI lancar yaitu sejumlah 24 responden (63,16%) dan rata-rata produksi ASI 5.76.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian (Fitri, 2021), hasil sesudah diberikan pijat oksitosin produksi ASI lancar setelah diberikan intervensi 93,3% dengan rata-rata produksi ASI 6,21. Penelitian sejalan dengan (Humaeroh, 2022) di dapatkan hasil produksi ASI lancar 62,5% dengan nilai rerata 1,187. Pijat oksitosin yang dilakukan pada ibu nifas dapat membuat rileks dan nyaman sehingga dapat mengurangi lelah pasca melahirkan. Ibu nifas yang diberikan pijat oksitosin mengatakan bahwa dilakukannya pijat oksitoin ibu merasa nyaman dan rileks sehingga Selma pemijatan ibu merasakan adanya aliran ASI yang menetes keluar.

Hal ini sejalan dengan penelitian Trini et al (2023) hasil penelitian sesudah di berikan biji klabet diketahui rata-rata produksi ASI pada kelompok intervensi 3,8. Sama dengan penelitian Fatmawati (2019), hasil penelitian keancaran produksi 87,5% dengan nilai rata-rata produksi ASI 77,50. Maka mengalami peningkatan jumlah ASI yang dimana biji klabet

memiliki diosgenin dan fitoestrogen yang membantu meningkatkan produksi ASI dan meningkatkan frekuensi menyusui.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Sebagian besar produksi ASI lancar yaitu sejumlah 24 responden (63,16%) disebabkan oleh paritas dan frekuensi menyusui. Bahwa ibu primigravida memiliki pengetahuan dan tingkat kecemasan yang menimbulkan ASI tidak lancar dan frekuensi yang kurang akan memberikan hasil produksi ASI kurang baik.

3. Efektivitas Pemberian Pijat Oksitosin dan Teh Biji Klabe (*Trigonella Foenum Graceum L.*)

Berdasarkan hasil uji statistik Paired t-test penelitian diperoleh nilai $p = 0,00 < 0,05$, yang berarti terdapat Efektivitas Pemberian Pijat Oksitosin dan Teh Biji Klabe (*Trigonella Foenum Graceum L.*).

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muayah et al (2023), terdapat pengaruh sebelum dan sesudah diberikan pijat oksitosin pada ibu postpartum dengan nilai $p = 0,00 < 0,05$. Penelitian sejalan dengan penelitian oleh Ummah (2014) massage/pijat merupakan salah satu terapi pendukung yang efektif untuk mengurangi ketidaknyamanan fisik serta memperbaiki gangguan mood. Pengurangan ketidaknyamanan pada ibu menyusui akan membantu lancarnya pengeluaran ASI. Terjadinya peningkatan produksi ASI pada kelompok perlakuan dapat memberikan efek rileks pada ibu yang secara tidak langsung dapat menstimulasi hormone oksitosin yang dapat membantu proses kelancaran produksi ASI.

Berdasarkan dari penelitian Relica, (2024) terdapat perbedaan yang signifikan pada volume ASI sebelum konsumsi teh biji fenugreek pada kasus dan kelompok kontrol berdasarkan pengukuran (P value 0,000). Dari hasil tersebut penelitian dapat disimpulkan bahwa volume ASI pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi sama sedikit jumlahnya. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Riadini et al., (2024), terdapat efektivitas tanaman biji fenugreek dalam peningkatan produksi ASI dengan hasil $p = 0,00 < 0,05$. Upaya peningkatan produksi ASI non farmakologi dengan menggunakan tanaman fenugreek dilakukan karena biji tanaman fenugreek mengandung diosgenin dan mempunyai sifat mirip fitoestrogen dengan struktur kimia yang sama dengan estrogen. Fenugreek memiliki sifat estrogenik yang dapat membantu meningkatkan kadar hormon dan mempengaruhi produksi ASI.

Terkait dengan penelitian yang dilakukan Nirmalasari (2021), bahwa pijat oksitosin tidak hanya dikombinasikan dengan teh biji klabet. Terdapat kombinasi lainnya yaitu dengan pemberian pijat oksitosin dan sari kurma yang memberikan hasil kelancaran produksi ASI dengan nilai p-value 0,005 pada

pijat oksitosin dan nilai p-value $0,04 < 0,05$. Dapat diketahui terdapat efektivitas pemberian sari kurma dan pijat oksitosin dalam peningkatan produksi ASI. Kandungan hormon pituitin dan oksitosin dalam buah kurma berperan dalam mengikat dan merangsang kontraksi otot rahim, serta membantu mengurangi perdarahan pasca melahirkan dan merangsang produksi ASI.

Berdasarkan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin dan teh biji klabet akan memberikan rasa rileks, tenang, nyaman sehingga akan meningkatkan hormon oksitosin sehingga meningkatkan produksi ASI dan teh biji fenugreek memiliki diosgenin dan fitoestrogen yang meningkatkan produksi ASI, dengan meningkatnya produksi ASI maka frekuensi menyusui pun akan meningkat dan akan berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi.

4. Keterbatasan Penelitian

Beberapa keterbatasan dalam penelitian tersebut, antara lain :

1. Responden kurang kooperatif baik dilakukan pengkajian maupun pemberian intervensi.
2. Dalam proses pengambilan data, informasi yang diberikan responden melalui kuesioner terkadang tidak menunjukkan pendapat responden yang sebenarnya, hal ini terjadi karena kadang perbedaan pemikiran, anggapan dan pemahaman yang berbeda tiap responden, juga faktor lain seperti faktor kejujuran dalam pengisian pendapat responden dalam kuesionernya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai efektivitas pemberian pijat oksitosin dan teh biji klabet (*Trigonella Foenum Graceum L.*) terhadap peningkatan produksi ASI TPMB Tutut Ismayanti dan TPMB Suprihatin. dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Produksi ASI sebelum diberikan pijat oksitosin dan Teh Biji Klabet (*Trigonella Foenum-Graceum L.*) adalah Sebagian besar produksi ASI kurang lancar sejumlah 20 responden (52,63%). Dengan nilai mean 3,37
2. Produksi ASI sesudah diberikan pijat oksitosin dan Teh Biji Klabet (*Trigonella Foenum-Graceum L.*) adalah Sebagian besar produksi ASI Sebagian besar produksi ASI lancar sejumlah 24 responden (63,16%). Dengan nilai mean 5,76
3. Ada pengaruh efektivitas pijat oksitosin dan Teh Biji Klabet (*Trigonella Foenum-Graceum L.*) produksi ASI diberikan pijat oksitosin dan Teh Biji Klabet (*Trigonella Foenum-Graceum L.*) $p = 0,00 < 0,05$.

Saran

1. Bagi Ibu Postpartum

Disarankan bagi ibu postpartum dapat mengikuti sosialisasi ibu nifas sehingga dapat memperoleh banyak informasi untuk meningkatkan produksi ASI.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan hendaknya meningkatkan pembinaan peran serta masyarakat dibidang kesehatan ibu nifas khususnya memberikan Pendidikan kesehatan tentang cara mengatasi kegagalan produksi ASI.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Disarankan bagi pihak institusi pendidikan untuk menambah sumber-sumber pustaka khususnya penelitian tentang efektivitas pijat oksitosin dan Teh Biji Klabet (*Trigonella Foenum-Graceum L.*).

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lebih mendalam dengan variabel yang berbeda dan inovasi yang baik sehingga dapat ditemukan perbedaan dengan penelitian yang sudah ada.

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, I. (2022). DESAIN KUASI EKSPERIMEN DALAM PENDIDIKAN: LITERATUR REVIEW. *Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME)*, 08, 15–25. <https://doi.org/10.1111/Nyas.15002>
- Agustini, K., Suyatna, F., Siregar, N. C., & Sumaryono, W. (2013). Aktivitas Biji Klabet (*Trigonella Foenum-Graecum L.*) Terhadap Pertumbuhan Dan Apoptosis Sel Kanker Payudara MCF-7. *Jurnal Ilmu Kefarmasian Indonesia*, 11(1)(1), 13–20.
- Badan Pusat Statistik. (2023). Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan Asi Eksklusif Menurut Provinsi 2021-2023. In Badan Pusat Statistik.
- DELVINA, V., Kasoema, R. S., & Fitri, N. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Produksi Air

- Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusui. *Human Care Journal*, 7(1), 153. <https://doi.org/10.32883/Hcj.V7i1.1618>
- Fadlilaturrahmah, F., Wathan, N., Firdaus, A. R., & Arishandi, S. (2020). PENGARUH METODE EKSTRAKSI TERHADAP AKTIVITAS ANTIOKSIDAN DAN KADAR FLAVONOID DAUN KAREHO (*Callicarpa Longifolia* Lam). *Pharma Xplore : Jurnal Ilmiah Farmasi*, 5(1), 23–33. <https://doi.org/10.36805/Farmasi.V5i1.977>
- Fauznah, W., Hasibuan, Y. H., Nasution, Y. S. S., & Batubara, M. S. (2019). PEMANFAATAN DAUN PACAR (*Lawsonia Inermis* L.) SEBAGAI ANTI JAMUR PADA KUKU. *Eksakta : Jurnal Penelitian Dan Pembelajaran MIPA*, 4(2), 110. <https://doi.org/10.31604/Eksakta.V4i2.110-119>
- Fitria, R., & Retmiyanti, N. (2021). Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 275. <https://doi.org/10.33087/Jiubj.V21i1.1325>
- Ghasemi, K. (2015). The Effect Of Herbal Tea Containing Fenugreek Seed On The Signs Of Breast Milk Sufficiency In Iranian Grils Infants. *National Library Of Medicine*.
- Hidayah, A., & Dian Anggraini, R. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di BPM Noranita Kurniawati. *Journal Of Education Research*, 4(1), 234–239. <https://doi.org/10.37985/Jer.V4i1.154>
- Humaeroh, (2022). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kecukupan Asi Pada Ibu Nifas Hari Ke 3-10 Di Wilayah Bojong Kulur Bogor Tahun 2022. *Journal Of Health Services*, 1(1), 14–22. <https://ojs.polbap.ac.id/index.php/jhs/article/view/5/7>
- Hutapea, E. E., Musfiroh, I., Studi, P., Apoteker, P., Farmasi, F., & Padjadjaran, U. (2021a). Farmaka Farmaka. *Farmaka*, 18(1), 53–59.
- Hutapea, E. E., Musfiroh, I., Studi, P., Apoteker, P., Farmasi, F., & Padjadjaran, U. (2021b). POTENSI BIJI KLABET (*Trigonella Foenum-Graecum* L.) SEBAGAI ALTERNATIF PENGOBATAN HERBAL : REVIEW JURNAL. *Farmaka*, 18(1), 53–59.
- Ir. Agus Santoso, M. (2011). SERAT PANGAN (DIETARY FIBER) DAN MANFAATNYA BAGI KESEHATAN. *Magistra*. <https://doi.org/10.1108/Eb050265>
- Isnawati, A., Alegantina, S., Widowati, L., Biomedis, P., Teknologi, D., Kesehatan, D., Terapan, P. T., & Klinik, E. (2013). KARAKTERISASI EKSTRAK ETANOL BIJI KLABET (*Trigonella Foenum-Graecum* L) SEBAGAI TANAMAN OBAT PELANCAR ASI CHARACTERIZATION OF EXTRACT KLABET SEED AS FACILITATING BREAST MILK. *Bul. Penelit. Kesehat*, 41(2), 103–110.
- Karima, N., Rifki Pratama, M., & Berawi, K. N. (2019). Potensi Biji Fenugreek (*Trigonella Foenum-Graecum* L.) Sebagai Terapi Komplementer Dalam Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu (ASI). *Jurnal Majority*, 8(1), 261–267.
- Kasiyati, K., Nabela, S., & Sitaswi, A. J. (2022). Pengaruh Pemberian Ekstrak Biji Fenugreek (*Trigonella Foenum-Graecum* L.) Terhadap Struktur Dan Morfometri Ren Tikus Putih (*Rattus Norvegicus* L.). *JPSCR: Journal Of Pharmaceutical Science And Clinical Research*, 7(2), 207. <https://doi.org/10.20961/Jpscr.V7i2.54646>
- Magdalena Magdalena, Martha Tompunuh, S. S. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di Ruang Nifas Rumah Sakit Umum Daerah Prof Aloei Saboe Kota Gorontalo Title. *Prosiding Seminar Nasional Universitas Indonesia Timur*, 272–277. https://scholar.google.com/citations?user=ZY-Hqjaaaaaj&hl=id&oi=Ao#D=Gs_Md_Cita-D&U=%2Fcitations%3Fview_Op%3Dview_Citation%26hl%3Did%26user%3DZY-Hqjaaaaaj%26citation_For_View%3DZY-Hqjaaaaaj%3Ad1gkVwhDpl0C%26tzom%3D-420%0D
- Magdalena, M., Auliya, D., Usraleli, U., Melly, M., & Idayanti, I. (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. <https://doi.org/10.33087/Jiubj.V20i2.939>
- Muayah, M., Seftiyaningtyas, W. N., Herlina, L., & Sari, D. N. (2023). Efektivitas Pijat Oksitosin

- Terhadap Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Postpartum. *Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 7(1), 12. <https://doi.org/10.52031/Edj.V7i1.507>
- Nardina Evita Aurilia. (2021). Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas.
- Nareswari Diska Nugraha. (2022). HUBUNGAN INISIASI MENYUSU DINI (IMD) DAN PARITASTERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM. *Journal Of Nursing And Health (JNH)*, 7(Imd), 76–81.
- Noritha Manurung, M. S. (2024). HUBUNGAN FREKUENSI PEMBERIAN ASI DENGAN PERCEPATAN PENYEMBUHAN INFEKSI SALURAN PERNAPASAN AKUT (ISPA) PADA BAYI USIA 0-12 BULAN. *British Medical Journal*, 2(5474), 1333–1336.
- Nurainun, E., & Susilowati, E. (2021). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas : Literature Review *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa. Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 7(1), 20–26.
- Nyoman, N., Witari, D., Dewianti, N. M., Widiartari, K., Kesehatan, P., & Bali, K. (2024). Pengaruh Penerapan Pijat Endorphin Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Postpartum. 7(1), 1–8.
- Pamuji. (2022). Hypnolactation Meningkatkan Keberhasilan Laktasi Dan Pemberian ASI Eksklusif. *Pedoman Pemberian Makan Bayi Dan Anak*. (2020). 1–38.
- Pierre R. Petit, Y. D. S. (1995). Steroid Saponins From Fenugreek Seeds: Extraction, Purification, And Pharmacological Investigation On Feeding Behavior And Plasma Cholesterol, Steroids. 60(10), 674–680.
- Purnawinadi, I. G., & Lintang, I. J. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 6(1), 35–41.
- Rahma, F. N., Sofiyanti, I., & Nirmasari, C. (2017). Efektivitas Teknik Effleurage
- Rahmawati Setia. (2022). PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA IBU POST OPERASI SECTIO CAESAREA DI RSIA ANUGERAH MEDICAL CENTRE.
- Rahmawati, N., & Karana, I. (2023). Pengaruh Pijat Laktasi Pada Ibu Nifas Terhadap Produksi ASI. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(1), 17–22. <https://doi.org/10.33024/Hjk.V17i1.8607>
- Relica, C., & Mariyati. (2024). *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*. Peran Mikronutrisi Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19, 14(3), 75–82. <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/1979/1260>
- Riadini, I., Utami, V. W., & Keswara, U. R. (2024). THE EFFECT OF FENUGREEK PLANT ON IMPROVING BREASTMILK PRODUCTION IN MOTHERS NURSING INFANTS AGED 0-6. 10(6), 615–622.
- Rivai, A. T. O. (2020). Identifikasi Senyawa Yang Terkandung Pada Ekstrak Daun Kelor (*Moringa Oleifera*). *Indonesian Journal Of Fundamental Sciences*, 6(2), 67.
- Riyanni, V., Batubara, Z., & Nainggolan, A. W. (2023). PENGARUH RASA CEMAS PANDEMI COVID-19 PADA PRODUKSI ASI IBU NIFAS DI PRAKTEK MANDIRI BIDAN VIVI RIYANNI KECAMATAN PANYABUNGAN Stikes Mitra Husada Medan *Article Information Article History : Keywords : Merekomendasikan Terhambatnya Transportasi Hormon Oksitosin Da. Saintekes: Jurnal Sains, Teknologi Dan Kesehatan*, 2(2), 103–111.
- Saputra, R., & Yuniyanto, A. (2024). Pengaruh Kecemasan Dan Depresi Terhadap Tingkat Keyakinan Diri (Self-Efficacy) Ibu Menyusui Selama Masa Nifas. *Revitalisasi Kesetahatan: Jurnal Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(1).
- Sasi, D. K., Devy, S. R., & Qomaruddin, M. B. (2022). Perilaku Ibu Dalam Mengatasi Hambatan Pemberian ASI. *Jurnal Keperawatan*, 20(3), 13–22. <https://doi.org/10.35874/Jkp.V20i3.1056>
- Sayangi, W., Nababan, D., Mariati Siregar, L., Manurung, K., Arwina Bangun, H., Studi Magister Kesehatan Masyarakat Direktorat Pascasarjana, P., Sari Mutiara Indonesia, U., & Author, C. (2024). Determinan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Lahomi Kecamatan Lahomi. *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat* , 8(1), 524–538.
- Siti Halimah. (2022). Minuman Greek-Ku (Kombinasi Biji Fenugreek Dan Kurma) Sebagai Inovasi Peningkatan Produksi ASI.

- Sukmawati, P., & Prasetyorini, H. (2022). Penerapan Pijat Oksitosin Untuk Mengatasi Menyusui Tidak Efektif Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 6(2), 83–88. <https://doi.org/10.33655/Mak.V6i2.142>
- Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri.
- Trini, Maternity, D., & Utami, V. W. (2023). Pengaruh Konsumsi Ekstrak Biji Klabet (Fenugreek) Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Banjar Agung Kabupaten Lampung Selatan. *ANJANI Jaournal: Health Sciences Study*, 3(1), 27–36. <https://journal.pdmengkulu.org/index.php/anjani/article/view/752/pdf>
- UNICEF, & WHO. (2023). Global Breastfeeding Scorecard 2023 Rates Of Breastfeeding Increase Around The World Through Improved Protection And Support. In World Health Organization (WHO) (Pp. 1–9). <https://www.unicef.org/media/150586/file/global-breastfeeding-scorecard-2023.pdf>
- Wahyudin, Mappanyukki, A. A., Aminuddin, Yasriuddin, Nur, M., & Saleh, M. S. (2023). Pkm Pelatihan Terapi Massage Pada Komunitas Pijat Pauru Buta Polongbangkeng Kabupaten Takalar. *Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 137–147.
- Widowati, L., Isnawati, A., Alegantina, S., & Retiaty, F. (2019). Potensi Ramuan Ekstrak Biji Klabet Dan Daun Kelor Sebagai Laktagogum Dengan Nilai Gizi Tinggi. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 29(2), 143–152. <https://doi.org/10.22435/mpk.v29i2.875>
- Widuri H. (2018). Cara Mengelola ASI Eksklusif Bagi Ibu Bekerja.
- Wulandari, P., Menik, K., & Khusnul, A. (2018). Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum Melalui Tindakan Pijat Oksitosin. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia [JIKI]*, 2(1), 33. <https://doi.org/10.31000/jiki.v2i1.1001>
- Yuliani. (2021). Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui Dengan Tatalaksana Kebidanan Komplementer. *Seminar Nasional Hasil Riset Dan Pengabdian Ke-III*, 17–27.
- Yulianto, A., Safitri, N. S., Septiasari, Y., & Sari, S. A. (2022). Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran Produksi Air Susu Ibu. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 7(2), 68. <https://doi.org/10.52822/jwk.v7i2.416>