

PENGARUH MASSAGE OKSITOSIN TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM DIRUANG LAVENDER RS SENTRA MEDIKA CISALAK TAHUN 2025

Dini Mahdalena¹, Indri Sarwili², Lannasari³
mahdalenadini59@gmail.com¹, indrisarwili@gmail.com²
Universitas Indonesia Maju

ABSTRAK

Latar Belakang: Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan terbaik untuk bayi yang baru lahir dan merupakan satu – satunya makanan sehat yang diperlukan bayi pada bulan-bulan pertama kehidupannya. Namun demikian tidak semua ibu dapat memberikan ASI Eksklusif pada bayinya. ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan atau menggantikan dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral). Metode: Riset ini menggunakan metode *Pra-experiment* dengan pendekatan *One group Pre-Post Test Design*. Sampel dalam riset ini adalah 30 responden. Uji statistik untuk mengetahui efektivitas adalah *Wilcoxon Signed Rank*, dan untuk uji Perbedaan *Pre-Post Test* menggunakan uji statistik *Man Whitney*. Hasil: Hasil ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pembuatan ASI Post-Test dengan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank* diperoleh nilai signifikansi $p\text{-Value} = 0.001$ ($\alpha < 0,05$). Maka H_a diterima artinya ada perbedaan antara Pembuatan ASI Pre-test dan Post-test pada pasien pasca persalinan yang sudah melakukan massage oksitosin terhadap ibu pasca persalinan.

Kata Kunci: ASI, Ibu Pasca Persalinan, Pembuatan ASI.

ABSTRACT

Background: Breast milk (ASI) is the best food for newborns and the only healthy food a baby needs in the first months of life. However, not all mothers can provide exclusive breastfeeding to their babies. Exclusive breastfeeding is breast milk given to babies from birth for six months, without adding or replacing other foods or drinks (except medicines, vitamins, and minerals). Method: This study used a pre-experimental method with a one-group pre-post test design. The sample in this study was 30 respondents. The statistical test to determine effectiveness was the Wilcoxon Signed Rank test, and the Man-Whitney statistical test was used to test the Pre-Post Test Difference. Results: These results indicate an increase in post-test breast milk production, with a Wilcoxon Signed Rank test showing a significance value of $p\text{-value} = 0.001$ ($\alpha < 0.05$). Therefore, H_a is accepted, meaning there is a difference between pre-test and post-test breast milk production in pasca persalinan patients who have received oxytocin massage for pasca persalinan mothers.

Keywords: Breast Milk, Pasca Persalinan Mothers, Breast Milk Production.

PENDAHULUAN

Selama tiga bulan pertama kehidupannya, bayi seharusnya hanya mengonsumsi ASI (ASI), makanan tersehat yang tersedia. Namun, tidak semua ibu mampu menyusui bayinya sepenuhnya. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), bayi baru lahir yang disusui secara eksklusif selama enam bulan pertama setelah lahir tidak boleh mengonsumsi makanan atau minuman lain, kecuali obat-obatan, vitamin, dan mineral tertentu.

Meningkatkan persentase ibu yang memberikan ASI eksklusif menjadi 80% merupakan tujuan Kementerian Kesehatan. Namun, menurut Balitbangkes (2019), persentase pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih relatif rendah, yaitu 74,5 persen. Pada tahun 2018, 68,74% bayi di Indonesia disusui secara eksklusif, menurut Profil Kesehatan Indonesia (Kementerian Kesehatan, 2019).

Memenuhi kebutuhan gizi bayi dan menghindari infeksi serta gangguan lainnya bergantung pada kemampuan ibu untuk mempersiapkan ASI yang cukup selama

menyusui. Bayi mendapatkan manfaat besar dari ASI karena menyediakan nutrisi, hormon, kekebalan, faktor pertumbuhan, antibodi, serta sifat antiinflamasi dan antialergi. Namun, tidak semua perempuan mampu menyusui (Nurainun & Susilowati, 2021).

Pada tahun 2023, tingkat pemberian ASI eksklusif dunia akan mencapai 48%, menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Target pemberian ASI eksklusif untuk bayi di bawah usia 6 bulan adalah 70%, menurut WHO. Dengan hanya 27,5% ibu yang memberikan ASI eksklusif, Indonesia berada di peringkat ke-49 dari 51 negara yang dikaji oleh World Breastfeeding Trends Initiative (WBTI). Proporsi bayi baru lahir yang mendapatkan ASI eksklusif di Sumatera Barat adalah 75,84% pada tahun 2023, menurut Badan Pusat Statistik (BPS) di Indonesia, sementara rata-rata nasional adalah 73,97%. Pada tahun 2023, tingkat pemberian ASI eksklusif di Bukittinggi telah mencapai 66,2%, menurut Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi. Meskipun pemerintah telah berupaya sebaik mungkin, target 80% pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih belum tercapai.

Sistem kekebalan tubuh dan perkembangan anak secara keseluruhan sangat terbantu oleh praktik pemberian ASI eksklusif. IQ, imunitas, dan risiko stunting anak dapat berkurang dengan pemberian ASI (Lubis & Angraeni, 2021). Tanpa nutrisi yang tepat, bayi baru lahir yang disusui cenderung tidak tumbuh normal, yang dapat berdampak negatif pada perkembangan kognitif, morbiditas, dan kematian bayi. Menurut Hidayah dan Dian Anggraini (2023), mineral yang terkandung dalam ASI membantu bayi pulih lebih cepat dan mengurangi risiko infeksi menular.

Infeksi pada bayi baru lahir merupakan penyumbang utama kematian bayi baru lahir di negara-negara terbelakang, sehingga prevalensinya tidak boleh diabaikan (Hidayah & Anggraini, 2023). Bayi di Asia yang disusui secara eksklusif memiliki risiko kematian 21% lebih rendah pada bulan pertama dibandingkan dengan mereka yang diberi susu formula. Bayi yang tidak mendapatkan cukup ASI memiliki sistem kekebalan tubuh yang lemah dan perkembangan fisik serta mentalnya lebih lambat karena mereka tidak mendapatkan cukup nutrisi sehat (Astuti, 2015).

Pada bayi berusia kurang dari tiga bulan, risiko kematian akibat infeksi turun hingga 88% ketika mereka disusui secara eksklusif, menurut sebuah studi tahun 2019 yang diterbitkan dalam *Lancet Breastfeeding Series*. Menyusui secara eksklusif menyebabkan 82% penyakit pada bayi. Bayi yang disusui secara eksklusif memiliki peluang lebih rendah untuk lahir dengan berat badan lahir rendah (BBLR), stunting, obesitas, dan gangguan kronis lainnya. Angka Kematian Bayi (AKB) akibat penyakit umum pada bayi, seperti pneumonia dan diare, dapat diturunkan dan laju pemulihan dari penyakit-penyakit ini dapat dipercepat melalui pemberian ASI eksklusif. Menyusui mencegah penyakit atau kematian hampir 1,5 juta bayi baru lahir setiap tahunnya di wilayah ini. Menyusui juga berpotensi menyelamatkan nyawa hampir 25.000 bayi di Indonesia (Noviyana dkk., 2022).

Beberapa riset telah menemukan bahwa para ibu tidak memberikan ASI secara eksklusif karena mereka tidak memiliki dukungan yang mereka butuhkan dari keluarga dan teman-teman, karena mereka bekerja, karena mereka tidak cukup tidur, karena mereka tidak memiliki cukup waktu untuk menjalin ikatan dengan bayi mereka, karena masyarakat mendorong susu formula atau berhenti menyusui sama sekali, karena bayi lahir prematur, karena para ibu dan penyedia layanan kesehatan tidak cukup tahu tentang menyusui, karena masalah kesehatan mental ibu, karena bayi lahir dengan berat badan kurang, karena para ibu tidak percaya diri dengan kemampuan mereka untuk menyusui, karena kontrasepsi hormonal, dan karena berbagai faktor lainnya (Juanita, 2016).

Kegagalan memulai Inisiasi Menyusui Dini (IMD) segera setelah lahir, pola istirahat yang tidak memadai, ibu bekerja, asupan nutrisi dan cairan yang tidak memadai, payudara bengkak, masalah puting dan saluran ASI yang tersumbat, iklan susu formula, dan

berbagai masalah lainnya dapat berdampak pada ibu dan bayi, yang menyebabkan kegagalan menyusui (Marantika dkk., 2023). Meskipun menyusui memiliki banyak keuntungan, seperti perdarahan pascapersalinan yang lebih sedikit, risiko kanker payudara dan ovarium yang lebih rendah, berat badan kembali ke berat badan sebelum hamil yang lebih mudah, ikatan psikologis yang lebih baik antara ibu dan bayi, anemia yang lebih rendah, dan fertilitas yang tertunda, banyak ibu ragu untuk menyusui (Lubis & Angraeni, 2021).

Dalam studi mereka di tahun 2019, Dyah Ayu Wulandari dkk. menemukan bahwa tidak ada kelompok intervensi yang berbeda secara signifikan. Dengan demikian, peningkatan pembuatan ASI dengan massage oksitosin atau endorfin sama-sama bermanfaat. Di sisi lain, massage oksitosin mengungguli massage endorfin berdasarkan nilai rata-rata.

Dibandingkan dengan massage endorfin, massage oksitosin secara signifikan mengurangi nyeri persalinan (Kundryanti dkk., 2023) dalam sebuah studi. Tenaga kesehatan disarankan untuk memberikan terapi alternatif, seperti massage oksitosin, kepada ibu hamil untuk mengurangi ketidaknyamanan yang terkait dengan persalinan.

Stimulan ASI dan massage oksitosin terbukti memengaruhi pembuatan ASI dalam sebuah studi oleh Aminah dkk., 2022. Dibandingkan dengan pemberian stimulan ASI saja, studi statistik menunjukkan bahwa massage oksitosin dengan stimulan ASI meningkatkan aliran ASI hingga 4,5 kali lipat. Oleh karena itu, pilihan yang paling nyaman dan bebas risiko adalah massage oksitosin (Handayani & Rustiana, 2020).

Tujuan massage oksitosin setelah melahirkan adalah untuk meningkatkan pembuatan hormon prolaktin dan oksitosin dengan memijat tulang belakang hingga tulang rusuk kelima dan keenam. Kadar oksitosin ibu dapat meningkat dengan massage ini, yang dapat membantunya rileks dan meningkatkan pembuatan ASI (Batubara & Dewi, 2019). Massage dengan oksitosin memicu sistem saraf parasimpatis, yang pada gilirannya memicu pelepasan ASI oleh otak belakang. Ibu dapat merasa lebih nyaman selama operasi, dan saraf serta saluran ASI di kedua payudara dapat terstimulasi untuk memproduksi lebih banyak ASI (Aryani, 2019).

Sepuluh ibu diwawancarai dan riset percontohan dilakukan di Ruang Lavender RS Sentra Medika Cisalak. Tiga ibu dapat menyusui dengan mudah karena ASI mereka mengalir lancar, sementara tujuh ibu mengalami kesulitan karena ASI tidak cukup. Data wawancara mengungkapkan bahwa banyak ibu baru tidak tahu cara meningkatkan suplai ASI mereka tanpa menggunakan obat-obatan, dan bahwa massage oksitosin merupakan salah satu pilihan non-farmakologis yang tersedia.

METODE PENELITIAN

Metode riset kuantitatif digunakan dalam riset ini. Riset ini menggunakan desain pra-tes dan pasca-tes dengan satu kelompok, menjadikannya bentuk riset eksperimental.

Riset ini menggunakan desain pra-tes dan pasca-tes satu kelompok, yang melibatkan pemberian tes kepada satu kelompok sebelum terapi dan kelompok lain setelah terapi (Arikunto, 2010).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil riset yang dilakukan pada bulan Juli hingga Agustus 2025 yang berjudul “Pengaruh Massage Oksitosin Terhadap Peningkatan Pembuatan ASI pada Ibu Pasca persalinan di Ruang Lavender RS Sentra Medika Cisalak”, dengan pemberian intervensi massage oksitosin selama 3 hari berturut-turut, dilakukan sebanyak 4 kali sehari dengan durasi 3–5 menit.

Analisa Univariat

Pembuatan ASI sebelum dan sesudah massage oksitosin ditentukan menggunakan analisis univariat. Untuk mengevaluasi perubahan pembuatan ASI ibu pascapersalinan, data observasi ditampilkan dalam persentase dan distribusi intensitas. Perbandingan pembuatan ASI sebelum dan sesudah massage oksitosin ditunjukkan pada tabel intensitas di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi Intensitas Pembuatan ASI Sebelum Massage Oksitosin

No	Pembuatan ASI	Intensitas (n)	Persentase (%)
1	Tidak Lancar	30	100.0%
2	Lancar	0	0.0%
Total		30	100.0%

Berdasarkan Tabel 1, seluruh responden (100%) termasuk dalam kategori pembuatan ASI tidak lancar sebelum dilakukan massage oksitosin, yaitu dengan pembuatan ASI < 80 cc. Tidak terdapat responden yang memiliki pembuatan ASI dalam kategori lancar (80–120 cc) sebelum intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu pasca persalinan di Ruang Lavender RS Sentra Medika Cisolak mengalami hambatan dalam pembuatan ASI pada masa awal menyusui.

Tabel 4. 2 Distribusi Intensitas Pembuatan ASI Sesudah Massage Oksitosin

No	Pembuatan ASI	Intensitas (n)	Persentase (%)
1	Tidak Lancar	10	33.3%
2	Lancar	20	66.7%
Total		30	100.0%

Berdasarkan Tabel 2, menunjukkan bahwa setelah dilakukan massage oksitosin, terdapat peningkatan jumlah ibu yang masuk dalam kategori pembuatan ASI lancar, yaitu sebanyak 20 responden (66,7%) dengan pembuatan ASI antara 80–120 cc. Sementara itu, masih terdapat 10 responden (33,3%) yang termasuk kategori tidak lancar (< 80 cc). Hasil riset ini mengindikasikan bahwa massage oksitosin berperan dalam merangsang peningkatan volume ASI pada sebagian besar ibu pasca persalinan.

Tabel 3. Intensitas Volume Pembuatan ASI Sebelum Massage Oksitosin

No	Kategori Volume ASI	Intensitas (n)	Persentase (%)
1	Sedikit (< 80 cc)	30	100.0%
2	Sedang (80–120 cc)	0	0.0%
3	Banyak (> 120 cc)	0	0.0%
Total		30	100.0%

Berdasarkan Tabel 3, seluruh responden (100%) memiliki volume pembuatan ASI dalam kategori sedikit (< 80 cc) sebelum dilakukan massage oksitosin. Tidak terdapat responden yang memiliki volume ASI dalam kategori sedang maupun banyak. Hal ini mengindikasikan bahwa pada masa awal pasca persalinan, para ibu mengalami hambatan dalam pembuatan ASI yang tergolong rendah.

Tabel 4. Intensitas Volume Pembuatan ASI Sesudah Massage Oksitosin

No	Kategori Volume ASI	Intensitas (n)	Persentase (%)
1	Sedikit (< 80 cc)	2	6.7%
2	Sedang (80–120 cc)	25	83.3%
3	Banyak (> 120 cc)	3	10.0%
Total		30	100.0%

Berdasarkan tabel 4. setelah dilakukan intervensi massage oksitosin, terjadi peningkatan signifikan pada volume pembuatan ASI. Sebanyak 25 responden (83,3%) mengalami peningkatan ke kategori sedang (80–120 cc), dan 3 responden (10%) bahkan mencapai kategori banyak (> 120 cc). Hanya 2 responden (6,7%) yang masih berada pada kategori sedikit. Hasil ini menunjukkan bahwa massage oksitosin berperan dalam

memperbaiki volume pembuatan ASI pada ibu pasca persalinan.

Uji Normalitas

Untuk memeriksa apakah data pembuatan ASI sebelum dan sesudah intervensi massage oksitosin berdistribusi normal, dilakukan uji normalitas.

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas (Kolmogorov-Smirnov Test) Pembuatan ASI Sebelum dan Setelah Massage Oksitosin

Test of Normality Kolmogorov-Smirnov			
	Statistic	Df	Sig.
Pembuatan ASI Sebelum	0.782	30	0.573
Pembuatan ASI Sesudah	1.412	30	0.037

Hasil riset yang dilakukan menggunakan Uji Kolmogorov-Smirnov Satu Sampel ditunjukkan pada Tabel 5. Data pra-uji memiliki Asimptomatik (2-tailed) sebesar 0,573, yang lebih tinggi dari tingkat signifikansi 0,05. Data pembuatan ASI sebelum intervensi berdistribusi normal. Selain itu, data pasca-uji menunjukkan nilai Asimptomatik (2-tailed) sebesar 0,037, yang lebih rendah dari 0,05. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa data pembuatan ASI setelah intervensi tidak mengikuti distribusi normal.

Karena data pasca-tes tidak memenuhi asumsi kenormalan, Uji-T Sampel Berpasangan parametrik tidak dapat digunakan untuk analisis bivariat. Ketika salah satu atau kedua set data tidak terdistribusi normal, penggunaan Uji Peringkat Bertanda Wilcoxon non-parametrik lebih dapat diterima untuk menguji perbedaan antara kelompok pra-tes dan pasca-tes. Tujuan uji Wilcoxon ini adalah untuk membandingkan jumlah pembuatan ASI sebelum dan sesudah intervensi massage oksitosin guna menemukan perbedaan yang signifikan secara statistik.

Uji Bivariat

Tujuan uji bivariat riset ini adalah untuk membandingkan volume pembuatan ASI ibu pascapersalinan sebelum dan sesudah intervensi massage oksitosin guna menemukan perbedaan yang signifikan secara statistik. Konsep bahwa massage oksitosin meningkatkan pembuatan ASI menjadi fokus riset ini.

Tabel 6. Rerata Pembuatan ASI Sebelum dan Sesudah Massage Oksitosin

	N	Mean	Std.Deviation	Min	Max
Sebelum Massage Oksitosin	30	25.17	8.758	10	40
Setelah Massage Oksitosin	30	80.33	20.254	35	110

Rata-rata pembuatan ASI sebelum dan sesudah intervensi massage oksitosin ditunjukkan pada Tabel 4.6. Sebelum intervensi, kisaran pembuatan ASI adalah 10–40 cc, dengan rata-rata 25,17 cc dan deviasi standar 8,758 cc. Akibatnya, sebagian besar ibu menyusui tidak menghasilkan cukup ASI untuk menopang bayi mereka.

Setelah diberikan massage oksitosin, terjadi peningkatan rata-rata volume pembuatan ASI menjadi 80,33 cc, dengan simpangan baku 20,254, nilai minimum 35 cc, dan maksimum 110 cc. Perbedaan antara nilai rata-rata, minimum, dan maksimum menunjukkan bahwa setelah intervensi, terjadi peningkatan volume ASI yang cukup besar secara keseluruhan. Data ini secara deskriptif menggambarkan adanya perbedaan yang cukup mencolok antara kondisi sebelum dan sesudah massage oksitosin.

Tabel 7. Uji Wilcoxon Signed Ranks Pembuatan ASI Sebelum dan Sesudah Massage Oksitosin

Sebelum – Sesudah Massage Oksitosin	
Z	-4.710
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.000

Karena data tidak mengikuti distribusi normal menurut uji Kolmogorov-Smirnov

sebelumnya, Tabel 7 menampilkan hasil riset menggunakan Uji Peringkat Bertanda Wilcoxon. Terdapat perubahan yang signifikan secara statistik antara skor pra dan pasca uji (nilai $Z = -4,710$). Nilai Asimilasi Sig. sebesar 0,000 ($<0,05$) menunjukkan bahwa perbedaan tersebut signifikan secara statistik, menurut uji signifikansi 2-ekor.

Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa massage oksitosin secara signifikan meningkatkan suplai ASI ibu pascapersalinan. Kita dapat menyimpulkan bahwa intervensi massage oksitosin berhasil meningkatkan pembuatan ASI berdasarkan data ini.

Pembahasan

1. Uji Univariat

Hasil riset menunjukkan bahwa pembuatan ASI sebelum dan sesudah dilakukan intervensi massage oksitosin pada ibu pasca persalinan di Ruang Lavender RS Sentra Medika Cisalak mengalami perubahan yang signifikan. Sebelum intervensi, seluruh responden (100%) mengalami pembuatan ASI tidak lancar dengan volume <80 cc, yang menunjukkan adanya hambatan fisiologis dalam proses menyusui. Setelah diberikan massage oksitosin selama tiga hari berturut-turut, jumlah responden dengan pembuatan ASI lancar meningkat menjadi 20 orang (66,7%), sementara 10 orang (33,3%) masih dalam kategori tidak lancar. Dari aspek volume, sebelum intervensi seluruh responden berada pada kategori sedikit (<80 cc). Setelah intervensi, jumlah ibu dengan pembuatan ASI kategori sedang (80–120 cc) meningkat menjadi 25 orang (83,3%), dan 3 orang (10%) masuk kategori banyak (>120 cc), sedangkan hanya 2 orang (6,7%) yang masih pada kategori sedikit. Hasil riset ini menunjukkan adanya peningkatan kelancaran dan volume pembuatan ASI pasca massage oksitosin.

Menurut Lubis (2021), massage oksitosin adalah stimulasi pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) hingga tulang rusuk kelima–keenam yang dapat merangsang sistem saraf parasimpatis untuk mengaktifkan hipotalamus dan hipofisis posterior dalam menghasilkan hormon oksitosin. Hormon ini berperan dalam refleksi let-down, yaitu proses kontraksi otot di sekitar alveoli payudara yang mendorong ASI keluar menuju puting susu (Handayani & Rustiana, 2020).

Fasiha & Syahrani (2022) menambahkan bahwa massage oksitosin memberikan efek relaksasi, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan kenyamanan pada ibu menyusui, sehingga meningkatkan pelepasan hormon oksitosin dan menurunkan kadar kortisol yang dapat menghambat pembuatan ASI. Sejalan dengan itu, Karomah (2022) menyebutkan bahwa stres dan kelelahan pasca persalinan dapat menurunkan refleksi oksitosin sehingga menghambat keluarnya ASI.

Riset ini sejalan dengan riset Nurainun & Susilowati (2021) yang menemukan bahwa massage oksitosin mampu meningkatkan pembuatan ASI secara signifikan dalam waktu singkat, serta efektif sebagai terapi non-farmakologis untuk mengatasi masalah menyusui. Hal serupa diungkapkan oleh Rimandini (2022) yang menyatakan bahwa massage oksitosin dapat merangsang keluarnya ASI secara alami dan mempercepat respons hormonal pada ibu pasca persalinan. Selain itu, riset oleh Kundaryanti et al. (2023) menunjukkan bahwa massage oksitosin lebih efektif dibanding metode massage lainnya dalam meningkatkan kelancaran ASI, sedangkan Aminah et al. (2022) melaporkan bahwa kombinasi massage oksitosin dengan edukasi gizi mampu meningkatkan volume ASI hingga 4,5 kali lipat dibandingkan tanpa massagean. Dengan demikian, secara univariat dapat disimpulkan bahwa penerapan massage oksitosin berkontribusi nyata dalam meningkatkan volume dan intensitas pembuatan ASI, sehingga dapat menjadi intervensi yang direkomendasikan untuk mendukung keberhasilan program ASI eksklusif.

2. Uji Bivariat

Uji Wilcoxon Signed Rank digunakan untuk menganalisis pengaruh massage

oksitosin terhadap peningkatan pembuatan ASI pada ibu nifas di Bangsal Lavender RS Sentra Medika Cisalak. Hal ini disebabkan data post-test tidak terdistribusi normal, berdasarkan uji Kolmogorov-Smirnov. Hasil analisis statistik menunjukkan p kurang dari 0,05, ditunjukkan oleh nilai Z -4,710 dan Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,000. Data tersebut menunjukkan adanya perubahan yang signifikan pada jumlah pembuatan ASI sebelum dan sesudah intervensi. Oleh karena itu, hipotesis alternatif (H_a) yang menyatakan bahwa massage oksitosin secara signifikan meningkatkan pembuatan ASI pada ibu nifas diterima.

Hormon oksitosin merupakan kunci utama dalam proses pengeluaran ASI. Menurut Batubara & Dewi (2019), hormon ini diproduksi oleh hipofisis posterior sebagai respons terhadap rangsangan mekanis berupa sentuhan atau massagean pada kulit, khususnya pada punggung sepanjang tulang belakang hingga tulang rusuk kelima atau keenam. Stimulasi ini menyebabkan kontraksi sel mioepitel di sekitar alveoli payudara sehingga memicu refleksi let-down yang mempercepat aliran ASI keluar melalui duktus laktiferus.

Handayani & Rustiana (2020) menegaskan bahwa massage oksitosin termasuk intervensi non-farmakologis yang mudah dilakukan, tidak memerlukan alat khusus, dan dapat dikerjakan oleh tenaga kesehatan maupun keluarga di rumah. Selain itu, Fasiha & Syahrani (2022) menjelaskan bahwa massagean memberikan efek relaksasi, menurunkan kadar hormon kortisol, dan meningkatkan kenyamanan emosional ibu, sehingga pelepasan hormon oksitosin berlangsung lebih optimal.

Temuan riset ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Nurainun & Susilowati (2021), yang menunjukkan bahwa hampir semua jurnal yang direview melaporkan peningkatan volume dan kelancaran ASI setelah intervensi massage oksitosin, dengan nilai signifikansi rata-rata $p=0,000$ yang mengindikasikan efektivitas intervensi secara statistik. Hal yang sama diungkapkan oleh Rimandini (2022), yang menyatakan bahwa pemberian massage oksitosin secara rutin pada ibu pasca persalinan meningkatkan jumlah pembuatan ASI dan intensitas menyusui, dengan peningkatan yang mulai terlihat sejak hari kedua hingga hari keempat intervensi. Riset Kundaryanti et al. (2023) juga memperkuat temuan ini dengan menyatakan bahwa massage oksitosin lebih efektif dibandingkan metode massage lainnya, sedangkan Aminah et al. (2022) membuktikan bahwa kombinasi massage oksitosin dengan edukasi gizi mampu meningkatkan volume ASI hingga 4,5 kali lipat dibandingkan tanpa massagean.

Berdasarkan hasil uji bivariat dengan Wilcoxon Signed Rank Test yang menunjukkan nilai $p=0,000$ ($<0,05$), dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan pembuatan ASI sebelum dan sesudah intervensi massage oksitosin. Peneliti berasumsi bahwa peningkatan ini terjadi akibat stimulasi neuroendokrin yang meningkatkan kadar hormon oksitosin dan prolaktin, penurunan hormon stres, serta terciptanya rasa nyaman pada ibu. Dukungan lingkungan dan keluarga juga turut memengaruhi keberhasilan menyusui. Dengan demikian, massage oksitosin dapat direkomendasikan sebagai intervensi keperawatan yang aman, murah, mudah dilakukan, dan efektif untuk mendukung program ASI eksklusif, terutama pada periode awal pasca persalinan yang sangat menentukan keberhasilan menyusui jangka panjang.

Keterbatasan Riset

Riset ini memiliki keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam penafsiran hasil. Meskipun hasil menunjukkan adanya peningkatan pembuatan ASI setelah pemberian massage oksitosin, namun riset ini belum mengendalikan faktor-faktor lain yang juga dapat memengaruhi kelancaran ASI, seperti intensitas menyusui, teknik perlekatan bayi, asupan nutrisi ibu, dukungan dari keluarga, serta kondisi psikologis ibu seperti tingkat stres dan kecemasan. Faktor-faktor tersebut berpotensi memengaruhi hasil, namun tidak dianalisis secara khusus dalam riset ini. Selain itu, perbedaan pola istirahat dan kondisi

kesehatan masing-masing ibu pasca persalinan juga bisa menjadi variabel pengganggu yang tidak dikendalikan. Oleh karena itu, pada riset selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan variabel-variabel tersebut agar hasil yang diperoleh dapat lebih akurat dan menyeluruh.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil riset dan pembahasan mengenai pengaruh massage oksitosin terhadap peningkatan pembuatan ASI pada ibu pasca persalinan di Ruang Lavender RS Sentra Medika Cisalak, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pembuatan ASI sebelum dilakukan massage oksitosin pada ibu pasca persalinan seluruhnya berada dalam kategori tidak lancar, dengan volume pembuatan ASI < 80 cc.
2. Setelah dilakukan intervensi massage oksitosin selama tiga hari berturut-turut, mayoritas responden mengalami peningkatan pembuatan ASI, di mana sebagian besar masuk dalam kategori pembuatan ASI lancar (80–120 cc), dan sebagian kecil bahkan mencapai kategori banyak (>120 cc).
3. Terdapat pengaruh yang signifikan antara massage oksitosin terhadap peningkatan pembuatan ASI pada ibu pasca persalinan di Ruang Lavender RS Sentra Medika Cisalak, yang dibuktikan dengan hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan nilai $p = 0.000 (< 0.05)$.

Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk memperpanjang durasi intervensi massage oksitosin dan melakukan pemantauan dalam jangka waktu yang lebih lama untuk melihat dampak jangka panjang terhadap pembuatan ASI. Riset lanjutan juga diharapkan dapat mempertimbangkan variabel lain yang turut memengaruhi pembuatan ASI seperti asupan nutrisi ibu, intensitas menyusui, kondisi psikologis, serta dukungan dari keluarga.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil riset ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam praktik asuhan keperawatan maternitas, khususnya dalam memberikan edukasi dan dukungan terhadap ibu menyusui di masa pasca persalinan. Massage oksitosin dapat digunakan sebagai intervensi keperawatan non-farmakologis yang sederhana, aman, dan efektif untuk meningkatkan pembuatan ASI, terutama dalam upaya mendukung program ASI eksklusif.

3. Bagi Masyarakat

- a. Massage oksitosin dapat menjadi salah satu alternatif alami yang mendukung kelancaran ASI pada ibu pasca persalinan, dan dapat dilakukan oleh suami atau anggota keluarga dengan pendampingan tenaga kesehatan.
- b. Masyarakat diimbau untuk lebih memahami pentingnya pemberian ASI eksklusif dan mendukung ibu menyusui secara fisik dan emosional agar proses menyusui berjalan optimal.
- c. Edukasi mengenai teknik massage oksitosin dan manfaatnya sebaiknya disampaikan secara luas di posyandu, kelas ibu hamil, maupun pelayanan kesehatan primer untuk meningkatkan praktik menyusui yang berhasil

DAFTAR PUSTAKA

Aminah & Siti, N. (2022). Pengaruh Pemberian Obat Pelancar ASI Dan Massage Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Ibu Pasca persalinan di RSUD Islam Klaten. Skripsi thesis.

- Universitas Muhammadiyah Klaten.
- Anggraini, F., Erika, & Ade Dilaruri. (2022). Efektifitas Massage Oketani dan Massage Oksitosin dalam Meningkatkan Pembuatan Air Susu Ibu (ASI). *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 5(2), 93–104. <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i2.24144>
- Apreliasari, H., & Risnawati. (2020). Pengaruh Massage Oksitosin Terhadap Peningkatan Pembuatan ASI. *JIKA*, 5, 48–52.
- Arniyanti, A., & Angraeni, D. (2020). Pengaruh Massage Oksitosin Terhadap Pembuatan ASI Pada Ibu Pasca persalinan Di Rumah Sakit Khusus Daerah Ibu dan Anak Siti Fatimah Makassar. *Jurnal Mitrasehat*, 10(1), 1–11. <https://doi.org/10.51171/jms.v10i1.129>
- Arofah, S., & Nurlaela, E. (2024). Penerapan Massage Oksitosin Untuk Meningkatkan Pembuatan ASI dan Melancarkan Proses Involusi Uteri Pada Ibu Pasca persalinan di Ruang Nifas RSI PKU Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan. *Jurnal Kesehatan Unggul Gemilang*, 8(1), 7–15.
- Aryani, Yeni, Zuchrah Hasan, and Pratiwi Atikasari. 2019. “Perbedaan Massage Woolwich Dan Massage Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas Hari Ke 1 – 3 Di Praktik Mandiri Bidan Dince Safrina Kota Pekanbaru.” *Jurnal Ibu Dan Anak 7 (1)*: 10–16. <http://jurnal.pkr.ac.id/index.php/JIA/article/view/220>.
- Asih, Y. (2020). Pengaruh Massage Oksitosin Terhadap Pengeluaran Dan Pembuatan Asi Pada Ibu Nifas. *Jurnal Keperawatan*, 5(2), 61–70. <https://doi.org/10.52221/jurkes.v5i2.37>.
- Astuti, S., Rahmiati, L. (2015). *Asuhan Kebidanan Nifas & Menyusui*. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Astutik, R. Y. (2017). *Payudara Dan Laktasi*. Jakarta : Penerbit Salemba Medika.
- Batubara, N. S., & Dewi, S. S. (2019). Pengaruh Massage Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Pasca persalinan. 7(4), 117–120.
- Atik, & Hamidah, S. (2024). Pengaruh Massage Oksitosin Dan Perawatan Payudara Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas Di Ruang Bersalin. *IJMT : Jurnal Kebidanan*, 3(2), 70–76.
- Batubara, N. S., & Dewi, S. S. S. (2019). Pengaruh Massage Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Pasca persalinan. *Jurnal Education and Development*, 7(4), 117.
- Dewi, I. M., Basuki, P. P., & Wulandari, A. (2022). Pengaruh Massage Oksitosin Terhadap Pembuatan ASI Pada Ibu Pasca persalinan. *Jurnal Keperawatan*, 14(1), 53–60. <https://doi.org/10.53713/htechj.v1i3.62>
- Dyah Ayu Wulandari, Dewi Mayangsari, & Sawitry. (2019). Pengaruh Massage Oksitosin dan Massage Endorphin terhadap Kelancaran Pembuatan Asi. *Jurnal Kebidanan*, XI(2), 105–201.
- Erwhani, I., Sufiana, Hidayah, & Ariyanti, S. (2022). Pengaruh Massage Oksitosin Terhadap Pembuatan ASI Pada Ibu Pekerja Di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Raya Dalam Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal Indragiri Riset Multidisiplin*, 2(1), 10–16. <https://doi.org/10.58707/jipm.v2i1.81>
- Fasiha, & Syahrani, N. U. (2022). Penerapan Massage Oksitosin Untuk Mengatasi Keterlambatan Onset Laktasi Pada Periode Awal Postartum. *Jurnal Kebidanan*, 2(2), 85–95.
- Febriyanti, H., Rohani, S., Puspita, L., & Besmaya, B. M. (2024). The Effect Of Oxytocin Massage On Breast Milk Production In Pasca persalinan Women In The Area Of Wonosobo Health Center Tanggamus District Year 2023. *Wellness And Healthy Magazine*, 6(February), 124–137.
- Handayani, E. T., & Rustiana, E. (2020). Perawatan Payudara Dan Massage Oksitosin Meningkatkan Pembuatan Asi Pada Ibu Pasca persalinan Primipara. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(2), 255–263. <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i2.2600>
- Hidayah, A., & Dian Anggraini, R. (2023). Pengaruh Massage Oksitosin terhadap Pembuatan ASI pada Ibu Nifas di BPM Noranita Kurniawati. *Journal of Education*

- Research, 4(1), 234–239. <https://doi.org/10.37985/jer.v4i1.154>
- Istiarika. (2022). PENGARUH MASSAGE OKSITOSIN TERHADAP PEMBUATAN ASI PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
- Juanita, F., dkk. (2016). Peningkatan Durasi Pemberian ASI Pada Ibu Pasca persalinan Melalui Relaksasi Autogenic Training. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Volume 19 No.1, Maret 2016, hal 24-32 pISSN 1410-4490, eISSN 2354-920
- Juwariah., et.al. (2018). Pengaruh Massage Oksitosin terhadap Peningkatan Pembuatan ASI Ibu Pasca persalinan. *Wellness and Healthy Magazine*, 21(3), 174–178 Kundaryanti, R., Rizkiyani, E., & Siauta, J. A. (2023). Perbandingan Nyeri
- Karomah, Y. (2022). TA: Literature Riview Massage Oksitosin Pada Ibu Pasca persalinan Dengan Masalah Menyusui Tidak Efektif.
- Lestari, P., Fatimah, & Ayuningrum, L. dyan. (2021). Massage Oksitosin Laktasi Lancar Bayi Tumbuh Sehat. In D. Hasanah & U. Sadiyah (Eds.), *Elmatara Publisher* (1st ed.).
- Lubis, D. R. (2021). Massage Oksitosin Sebagai Langkah Awal Gentle Breastfeeding.
- Lubis, D. R., & Angraeni, L. (2021). Massage Oksitosin sebagai Langkah Awal Gentle Breastfeeding. CV. Pustaka Learning Center.
- Magdalena, M., Auliya, D., Usraleli, U., Melly, M., & Idayanti, I. (2020). Pengaruh Massage Oksitosin Terhadap Pembuatan 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>
- Marantika, S., Choirunissa, R., & Kundaryanti, R. (2023). Pengaruh Massage Oksitosin Terhadap Kelancaran Pembuatan ASI Pada Ibu Pasca persalinan. *Jurnal Menara Medika*, 5(2), 227. <https://doi.org/10.32382/jmk.v13i2.3015>
- Meningkatkan Pembuatan ASI Pada Ibu Pasca persalinan Primipara. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(2), 255–263.
- Mufdlilah, Zulfa, S. Z., & Johan, R. B. (2019). Buku Panduan Ayah ASI. In Nuha Medika. http://digilib.unisayogya.ac.id/4255/1/Buku_Panduan_Ayah_ASI.pdf
- Noviyana, N., Lina, P. H., Diana, S., Dwi, U., Eni, N., Fransisca, A., Lataminarni, S., Rani, H. W., Ruth, A., & Welmi, S. (2022). Efektifitas Massage Oksitosin dalam Pengeluaran ASI. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 5(1), 23–33. <https://doi.org/10.32584/jikm.v5i1.1437>
- Nurainun, E., & Susilowati, E. (2021). Pengaruh Massage Oksitosin Terhadap Pembuatan ASI Pada Ibu Nifas : Literature Review. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 7(1), 20. <https://doi.org/10.30602/jkk.v7i1.611>
- Nurainun, E., & Susilowati, E. (2021). Pengaruh Massage Oksitosin Terhadap Pembuatan ASI Pada Ibu Nifas : Literature Review. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 7(1), 20. <https://doi.org/10.30602/jkk.v7i1.611>
- Nurindah Sari, R., Nurhanifah, T., & Nirmala Jona, R. (2023). Efektivitas Massage Oksitosin dengan Minyak Adas (Fennel Essensial Oil) Terhadap Pembuatan ASI. *Health Research Journal of Indonesia (HRJI)*, 1(6), 237–248.
- Octaviyani, M., & Budiono, I. (2020). Praktik pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja puskesmas. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 4(3), 435-447
- Oni Elena, Moneca Diah Listiyaningsih. 2023. “Pengaruh Massage Oksitosin Terhadap Kelancaran Pembuatan ASI Pada Ibu Pasca persalinan Di Klinik Umum Dan Rumah Bersalin Amanda Oku Timur.” *Journal of Holistic and Health S* 5 (2): 406–13
- Panggabean, S. (2020). Pengaruh Massage Oksitosin terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Pasca persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Lumut Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2020 [Universitas Aufa Royhan]. https://repository.unar.ac.id/jspui/bitstream/123456789/2886/1/SYAHDAYA_NI.pdf
- PENURUNAN KOTA BENGKULU OLEH. *Journal of Economic Perspectives*.
- Persalinan Pada Ibu Yang Mendapatkan Massage Oksitosin Dengan Massage Endorphin. *Jurnal Menara Medika*, 6(1), 45–54. <https://doi.org/10.31869/mm.v6i1.4695>
- Pratiwi, P. A., Soleman, S. R., & Purnamawati, F. (2023). Penerapan Massage Oksitosin

- Terhadap Kelancaran Pembuatan Asi Pada Ibu Pasca persalinan Di Rsud Gemolong. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(4), 908–915. <https://journal-mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC/article/view/707/567>
- Rahmawati, A., Prayogi, B. 2017. Analysis of Factors Affecting Breastmilk Production on Breastfeeding Working Mothers). *Jurnal Ners dan Kebidanan*, 4 (2): 134-140.
- Retmiyanti, N. (2020). Pengaruh Massage Oksitosin Terhadap Pembuatan ASI Pada Ibu Pasca persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Koto Agung Sitiung 1 Tahun 2020. Universitas Dhasmas Indonesia.
- Rimandini, K. D. (2022). Pengaruh Massage Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Pasca persalinan Primipara Di Moty Care Baby, Kids & Mom Ciangsana Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(1), 7–15.
- Safitri, V. D. A., Suracmindari, Cahyani, D. D., & Wahyu, R. T. (2020). Gambaran pengetahuan ibu nifas tentang perawatan bayi sehari-hari di kelurahan tlogomas wilayah kerja dinoyo kota Malang. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 9(1), 11–20.
- Samsiah, & Nursanti, I. (2021). Pengaruh Massage Oksitosin Untuk Meningkatkan Pembuatan ASI di Ruang Nifas Rumah Sakit. 4(1), 25–31.
- Saraung, M.W., Rompas, S., Bataha, Y.B, 2017. Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pembuatan ASI pada Ibu Pasca persalinan di Puskesmas Ranotana Weru. *E-Journal Keperawatan*, 5 (2): 1-8.
- Silviani Et Al., (2023). Pengaruh Terapi Massage Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas M. Taha Bengkulu Selatan. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 9(1), 53-68.
- Sulfianti, Nardina, E. A., & Hutabarat, J. (2021). Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas (R. Watrionthos (ed.)). Yayasan Kita Menulis.
- Sunengsih, & Dwi Yolanda, S. (2023). The Effect of Oxytocin Massage on Breastmilk Production in Pasca persalinan Mothers at The Pratama Nining Clinic Lubuk Pakam Year 2023. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 6(1), 105–111. <https://doi.org/10.35451/jkk.v6i1.1879>