

EFEKTIVITAS PIJAT OKSITOSIN DAN ACUPRESSURE DI TITIK SI.1(SHAOZE) PADA IBU POSTPARTUM

EFFECTIVENESS OF OXYTOCIN AND ACUPRESSURE MASSAGE AT THE POINT OF SI.1(SHAOZE) IN POSTPARTUM

Wahyu Widayati¹, Istikomah², Yossy Wijayanti³

^{1,2,3}Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pringsewu

Email Correspondence: wahyu_widayati@umpri.ac.id

Abstract: Effectiveness of Oxytocin and Acupressure Massage at the Point of SI.1(shaoze) In Postpartum Milk production is affected by prolactin and oxytocin. The emotional condition of the mother is in good condition, comfortable and without pressure, it can increase and facilitate the production of breast milk. To overcome this is carried out oxytocin massage which serves for the let down reflex (secretion of breast milk) and provides comfort to the mother. The purpose of this study was to determine the difference in the effectiveness of oxytocin and acupressure massage at the SI.1 (Shaoze) point in postpartum mothers against increased breast milk production. This research uses quantitative methods with the design used is two group comparrison pretest-posttest design. The population in this study was all post partum mothers. The research instruments in this study are checklists and observation sheets. Data analysis used when the data is normal then using the Independent Sample T-Test and if the data is abnormal using the Mann Whitney Test. The effectiveness of the administration of Oxytocin and Accupressure massage at shaoze point for increased breast milk production based on statistical tests using Anova in the knowledge group of values $p=0.000$ and $p=0.004$, with $R^2=0.226$. This means that the administration of Oxytocin and Accupressure massages at the Shaoze point to breastfeeding mothers increases breast milk production by 22.6% compared to those who are not given oxytocin or S1.1 accupressure massage. Oxytocin and Acupressure massage at the SI point.1(Shaoze) are effective for increasing breast milk production in nursing mothers .

Keywords: puerperal mother, oxisosin massage, Accupressure at si-point (Shao ze).

Abstrak: Efektivitas Pijat Oksitosin dan Acupressure di Titik SI.1(shaoze) pada Ibu Postpartum

Pengeluaran ASI dipengaruhi oleh prolactin dan oksitosin. Kondisi emosional ibu dalam keadaan baik, nyaman dan tanpa tekanan maka dapat meningkatkan dan memperlancar produksi ASI. Untuk mengatasi hal ini dilakukan pijat oksitosin yang berfungsi untuk *refleks let down* (sekresi ASI) dan memberikan kenyamanan pada ibu. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan efektivitas pijat oksitosin dan *acupressure* di titik SI.1(Shaoze) pada ibu postpartum terhadap peningkatan produksi ASI. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan yang dipakai adalah *two group comparrison pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu post partum. Instrumen penelitian dalam penelitian ini adalah lembar ceklis dan observasi. Analisis data yang digunakan bila data normal maka menggunakan *Independent Sample T-Test* dan jika data tidak normal menggunakan *Mann Whitney Test*. Efektivitas pemberian pijat Oksitosin dan *Accupressure* di titik Shaoze untuk peningkatan Produksi ASI berdasarkan uji statistik menggunakan *Anova* pada kelompok pengetahuan nilai $p=0,000$ dan $p=0,004$, dengan $R^2=0,226$. Artinya pemberian pijat Oksitosin dan *Accupressure* di titik Shaoze pada ibu menyusui meningkatkan produksi ASI sebesar 22,6% dibandingkan yang tidak diberikan pijat oksitosin maupun *accupressure* S1.1. Pijat oksitosin

dan *Acupressure* di titik SI.1(Shaoze) efektif untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui .

Kata Kunci: ibu nifas, pijat oksitosin, *Accupressure* di titik SI-1 (Shao ze).

PENDAHULUAN

Setiap wanita khususnya yang baru melahirkan memiliki pengalaman menyusui yang berbeda-beda, ada yang merasakan nyeri ketika pertama kali menyusui, ada yang sampai terjadi pembengkakan payudara, sehingga mereka enggan menyusui bayinya. Padahal Air Susu Ibu (ASI) merupakan hadiah terindah dari ibu kepada bayi yang disekresikan oleh kedua belah kelenjar payudara ibu berupa makanan alamiah atau susu terbaik bernutrisi dan berenergi tinggi yang mudah dicerna dan mengandung komposisi nutrisi yang seimbang dan sempurna untuk tumbuh kembang bayi yang tersedia setiap saat (Timporok 2018).

Pengeluaran ASI dipengaruhi oleh 2 hormon yaitu prolactin untuk memproduksi ASI di alveolus dan oksitosin yang mempengaruhi sekresi ASI. Keadaan emosi ibu yang berkaitan dengan reflex oksitison ibu dapat mempengaruhi produksi ASI sekitar 80% sampai 90%. Kondisi emosional ibu dalam keadaan baik, nyaman dan tanpa tekanan maka dapat meningkatkandan memperlancar produksi ASI. Untuk mengatasi hal ini dilakukan pijat oksitosin yang berfungsi untuk *refleks let down* (sekresi ASI) dan memberikan kenyamanan pada ibu. Selain itu pijatoksitosin dapat mengurangi bengkak pada payudara (*engorgement*), mengurangi sumbatan Air Susu Ibu (ASI), merangsang pengeluaran hormon oksitosin, serta mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Rahayuningsih, Mudigdo, and Murti 2016). Selain hormon oksitosin, hormone prolactin juga berpengaruh untuk proses produksi ASI. Salah satu cara untuk meperlancar produksi ASI yaitu dilakukan dengan acupressure dititik SI.1 (Shaoze). Selain hormon oksitosin, hormone prolactin juga berpengaruh untuk proses produksi ASI. Salah satu cara untuk meperlancar produksi ASI yaitu dilakukan dengan acupressure dititik SI.1 (Shaoze).

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan efektivitas pijat oksitosin dan *acupressure* di titik SI.1(Shaoze) pada ibu postpartum terhadap peningkatan produksi ASI.

METODE

Rancangan yang dipakai adalah *two group comparrison pretest-posttest design*. Dimana tidak ada kelompok pembanding (kontrol), tetapi sudah dilakukan observasi pertama (pretest) yang kemungkinan peneliti dapat menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eksperiment (program) (Notoatmojo, 2005). Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah ibu nifas hari ke 1-7 di PMB Langgeng Pagelaran. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan yang dipakai adalah *two group comparrison pretest-posttest design*. Dimana tidak ada kelompok pembanding (kontrol), tetapi sudah dilakukan observasi pertama (pretest) yang kemungkinan peneliti dapat menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eksperiment. Penelitian ini dilakukan pada Januari 2021 di PMB Langgeng kabupaten Pringsewu. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu post partum yang menyusui bayinyadi PMB Langgeng tahun 2020 berjumlah 116 orang dengan menandatangani lembar Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP). Instrumen penelitian dalam penelitian ini adalah lembar ceklis dan observasi. Analisis data yang digunakan bila data normal maka menggunakan *Independent Sample T-Test* dan jika data tidak normal menggunakan *Mann Whitney Test*

HASIL

1. Data Karakteristik Subjek Penelitian

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	Kelompok	
	Pijat Oksitosin (n=29)	Accupressure S1.1 (n=29)
a. Umur		
Mean (SD)	26,1 (6,5)	26,8 (6,5)
Median	26	28
Rentang	16-42	16-42
b. Paritas		
Primipara	11 (34,4%)	11 (34,4%)
Multipara	18 (56,3%)	18 (56,3%)
Mean (SD)	1,62 (0,49)	1,62
Median	2	2
Rentang	1-2	1-2

Berdasarkan tabel 1. didapatkan bahwa responden pada kelompok pijat Oksitosin dan *Accupressure* di titik Shaoze memiliki umur yang hampir sama yaitu rata-rata 26 tahun. Sedangkan untuk paritas juga memiliki responden yang homogeny yaitu untuk primipara 11 responden (34,4%) dan multipara 18 responden (56,3%).

2. Efektivitas pijat Oksitosin dan *Accupressure* di titik Shaoze untuk peningkatan Produksi ASI

Tabel 2 Peningkatan Skor Efektivitas pijat Oksitosin dan *Accupressure* di titik Shaoze untuk peningkatan Produksi ASI (Pre dan Post)

Variabel	Kelompok			
	Pijat Oksitosin		Accupressure di titik S1.1	
	Pre test	Post test	Pre test	Post test
a. Pengetahuan				
Mean (SD)	3,72(1,27)	2,3(1,97)	4,7 (1,19)	3,2 (2,07)
Rentang	1-6	0-6	2-6	0-6
	p=0,002*		p=0,000*	
Peningkatan (%)	12,48		10,5	

* Uji Wilcoxon.

Hasil penelitian berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa pada kedua kelompok terdapat perbedaan yang bermakna terhadap peningkatan produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan pijat oksitosi dan acupressure di titik S1.1 yaitu $p=0,002$ dan $0,000(p<0,05)$. Adapun peningkatan skor yang diberikan pijat oksitosin sebesar 12,48% sedangkan untuk upressure di titik S1.1 sebesar 10,5%.

3. Efektifitas pijat Oksitosin dan Accupressure di titik Shaoze untuk peningkatan Produksi ASI.

Tabel 3 Efektifitas pijat Oksitosin dan Accupressure di titik Shaoze untuk peningkatan Produksi ASI.

Variabel	Nilai p	R ²
Pijat Oksitosin Accupressure dititik SI.I	0,000 0,004	22,6%*

Ket: *Uji Anova

PEMBAHASAN

Usia merupakan salah satu faktor yang bisa mempengaruhi produksi ASI bagi ibu yang sedang hamil lebih muda akan menghasilkan ASI lebih banyak dibandingkan dengan ibu yang lebih tua. Seorang ibu usia 20-29 tahun sudah bisa menghasilkan ASI yang cukup dibandingkan dengan yang berusia tiga puluhan (W Parwati, 2017). Selain usia, factor lain yang berpengaruh terhadap produksi ASI adalah paritas. Hal ini karena Ibu yang melahirkan lebih dari satu kali mampu memproduksi ASI lebih banyak dibandingkan yang melahirkan pertama kali (Pranajaya & Rudiyaniti, 2013)

Peningkatan produksi ASI sesuai tabel 2 dikarenakan mekanisme kerja dari pijat oksitosin adalah hormone oksitosin akan keluar melalui isapan mulut bayi atau melalui pijatan pada tulang belakang ibu (Self and Breastfeeding 2011). Pijatan tulang belakang mempengaruhi *medulla oblongata* kemudian terdapat rangsangan di *hypothalamus* (otak) sehingga mengeluarkan hormon oksitosin diperedaran darah sehingga menstimulasi otot polos di sekitar *sinus laktiferus* sehingga mengeluarkan ASI (Dan et al. 2014). Selain hormon oksitosin, hormone prolactin juga berpengaruh untuk proses produksi ASI. Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau reflex *let down*. Selain untuk merangsang refleks *let down* manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak (*engorgement*), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormone oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Kemenkes RI,2018).

Selain pijat oksitosin, menurut tabel 2 bahwa acupressure di titik S1.1 juga meningkatkan produksi ASI. Hal ini didukung penelitian Lijiao bahwa akupresur efektif atau sekresi dan proses menyusui sehingga proses menyusui dapat berhasil dengan baik (Lijiao, Qi, and Shan 2019). Terapi akupresur merupakan terapi tradisional dari China dimana salah satu pengobatan yang digunakan untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas dengan melakukan pijatan pada titik-titik akupresur CV17, ST18 dan SI1 biasanya hanya menggunakan jari tangan atau benda tumpul yang tidak melukai permukaan tubuh, yang dapat memberikan efek penekanan sehingga lebih dapat diterima dan ditoleransi oleh pasien (Paes et al. 2011). Akupresur poin untuk laktasi melalui titik meridian menurut organ yang akan dituju. Teknik titik akupresur untuk laktasi dan pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI ibu postpartum sama-sama bisa menambah kenyamanan dalam dan meningkatkan produksi ASI (Paes et al. 2011). Intervensi titik akupresur untuk laktasi dan pijat oksitosin "yang berisi kenyamanan dalam masa nifas ibu serta peningkatan dan pengeluaran produksi susu. Ibu yang berprestasi akupresur

memiliki tingkat kenyamanan yang lebih tinggi dan banyak lagi produksi ASI dibandingkan ibu yang menerima pijat oksitosin (W Parwati 2017). Shaoze (SI 1) jelas efektif untuk menstimulasi kerja hormon prolaktin bagi ibu yang menyusui (Wei et al. 2008).

Tabel 3 didapatkan terdapat efektivitas pemberian pijat Oksitosin dan *Accupressure* di titik Shaoze untuk peningkatan Produksi ASI berdasarkan uji statistik menggunakan *Anova* pada kelompok pengetahuan nilai $p=0,000$ dan $p=0,004$, dengan $R^2=0,226$. Artinya pemberian pijat Oksitosin dan *Accupressure* di titik Shaoze pada ibu menyusui meningkatkan produksi ASI sebesar 22,6% dibandingkan yang tidak diberikan pijat oksitosin maupun *accpressure* S1.1. Hasil penelitian ini didukung dengan beberapa penelitian lain bahwa pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang *costae* kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormone prolactin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijatan oksitosin ibu akan terasa rileks, lebih nyaman, kelelahan setelah melahirkan akan hilang sehingga dengan melakukan pijatan akan merangsang hormon oksitosin dan akan susu cepat keluar. pijat oksitosin adalah lebih efektif dalam meningkatkan kenyamanan dan produksi ASI pada ibu postpartum dibandingkan ibu yang tidak mendapatkan intervensi apapun (Khabibah et al. 2019).

Pada Stimulasi akupresur akan ditransmisikan ke sum-sum tulang belakang dan otak melalui saraf akson. Sehingga terjadi rangsangan sinyal mencapai ke otak. Aktivasi sistem saraf pusat (SSP) menyebabkan perubahan neurotransmitter, hormon (termasuk prolaktin dan oksitosin), sistem kekebalan tubuh, efek biomekanik, dan zat biokimia lainnya (endorphin, sel kekebalan tubuh seperti sitokin). Hal tersebut menimbulkan normalisasi modulasi dan efek keseimbangan pada Qi. Dengan demikian akupresur dapat memaksimalkan reseptor prolaktin dan oksitosin serta meminimalkan efek samping tertundanya proses menyusui (Khabibah et al. 2019).

SIMPULAN

Pijat oksitosin dan *Acupressure* di titik SI.1 (Shaoze) efektif untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui hari 1-7 postpartum.

SARAN

Perlu diadakan penelitian selanjutnya dengan sampel yang homogen yaitu ibu-ibu primigravida dan alternative jawaban kuesioner lebih dari 2 pilihan.

DAFTAR PUSTAKA

- Dan, E., Rose, A., Suwondo, A., & Wahyuni, S. (2014). *Normal Di Wilayah Puskesmas Dawe Kudus Tahun 2013*. 5(1), 97–110.
- Kemkes. (2018). info DATIN (Pusat Data dan Informasi Kementrian RI). *Kementerian Kesehatan RI*, 1–7.
- Khabibah, L., Mukhoirotn, M., Studi, P., Keperawatan, S., Ilmu, F., & Unipdu, K. (2019).

Vol 11 No 2 Bulan Juli | Page 101-106

- PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU POSTPARTUM DI RSUD.* 3(2), 68–77.
- Lijiao, W., Qi, Z., & Shan, Z. (2019). *Acupuncture Treatment for Postpartum Lactation.* 21(3), 5–9.
<https://doi.org/10.9790/0661-2103050509>
- Paes, B. A., Li, A., Lanctot, K. L., & Mitchell, I. (2011). PIH3 Respiratory Syncytial Virus Hospitalizations in the Canadian Registry for Synagis (CARESS). *Value in Health*, 14(7), A398.
<https://doi.org/10.1016/j.jval.2011.08.908>
- Pranajaya, R., & Rudiyanti, N. (2013). *Determinan produksi asi pada ibu menyusui.* IX(2), 227–237.
- Self, B., & Breastfeeding, E. (2011). *Paket dukungan terhadap.* 2009.
- Timporok, A. G. A. (2018). Hubungan Status Pekerjaan Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Kawangkoan. *Jurnal Keperawatan*, 6(1), 1–6.
- Wei, L., Wang, H., Han, Y., & Li, C. (2008). Clinical observation on the effects of electroacupuncture at Shaoze (SI 1) in 46 cases of postpartum insufficient lactation. *Journal of Traditional Chinese Medicine*, 28(3), 168–172.
- W Parwati, D. M. (2017). The Effect of Breast Acupressure and Oxylosins Massage to Improve the Breast Milk Production in Postpartum Mother. *Journal of Medical Science And Clinical Research*, 5(10), 28756–28760. <https://doi.org/10.18535/jmscr/v5i10.47>