

Pengaruh *Breastcare* Dan Pijat Oksitosin Dengan *Esenstial Oil* Lavender Untuk Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu *Post Partum* Di RSUD Dr.H.Moch.Ansari Saleh

Dwi Luluk Wulandari ^{1*}, Lisda Handayani¹, Agustina Hotma Uli Tumanggor²

¹ Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia

² Program Studi Teknik Industri Universitas Sari Mulia

*Email: dwilulukwulandari@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang : Terhambatnya pengeluaran ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan menjadi masalah terhadap terwujudnya pemberian ASI eksklusif. terhambatnya disebabkan oleh sekresi oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran pengeluaran ASI stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin dapat dilakukan melalui *breastcare* dan pijat oksitosin. Oleh karena itu diperlakukan pemberian *breastcare* dan pijat oksitosin. Hasil penelitian menunjukan bahwa berpengaruh terhadap pengeluaran asi.

Tujuan : Mengetahui Pengaruh *Breastcare* dan pijat oksitosin dengan *esentsial oil lavender* terhadap peningkatan produksi asi pada ibu post partum.

Metode : Penelitian ini menggunakan eksperimen semu (*Quasi Eksperimen*) dengan rancangan *Pretest Posttest Design*. Pada penelitian ini diberikan dua buah perlakuan yaitu diberikan dan tidak diberikan *breastcare* dan pijato oksitosin pada ibu nifas di RSUD dr. H. M.Ansari Saleh Banjarmasin pada bulan februari 2023 dengan menggunakan purposive sampling. Pengambilan data menggunakan lembar kuesioner. Selanjutnya data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test.

Hasil : Berdasarkan analisis menunjukan ada pengaruh ibu yang diberi *breastcare* dan pijatan oksitosin dengan *esentsial oil lavender*. Hasil menunjukkan nilai p-value $0,000 < 0,05$ maka p-value hipotesis diterima hal ini dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh terhadap pengeluaran asi.

Simpulan : Adanya pengaruh setelah diberikan *breastcare* dan pijat oksitosin dengan *esentsial oil lavender* pada ibu postpartum di RSUD DR. H.M.Ansari Saleh Banjarmasin

Kata Kunci : Perawatan Payudara, Minyak Esensial Lavender, Post Partum, Pijat Oksitosin

The Effect Of Breastcare And Oxytocin Massage With Lavender Essential Oil To Increase Breast Milk Production In Postpartum Mothers At Dr. H.Moch Hospital Ansari Saleh.

Abstract

Background: *Inhibition of milk expenditure in the first days after childbirth is a problem for the realization of exclusive breastfeeding. The inhibition is caused by oxytocin secretion which plays a role in the smooth production of breast milk, stimulation of the hormones prolactin and oxytocin can be done through breastcare and oxytocin massage. Therefore, breastcare and oxytocin massage are treated. The results showed that it affects breast milk expenditure. Objective: Knowing the effect of breastcare and oxytocin massage with lavender essential oil on increasing breast milk production in postpartum mothers.*

Methods: *This study uses pseudo-experiments (Quasi Experiments) with Pretest Posttest Design. In this study, two treatments were given, namely breastcare and oxytocin massage to postpartum mothers at RSUD dr. H. M.Ansari Saleh Banjarmasin in February 2023 using purposive sampling. Data collection using questionnaire sheets. Furthermore, the data was analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test.*

Results: *Based on the analysis showed that there was an influence of mothers who were given breastcare and oxytocin massage with lavender essential oil. The results show a p-value of $0.000 < 0.05$, so the hypothetical p-value is accepted, this can be interpreted that there is an influence on breast milk expenditure.*

Conclusion: *There is an influence after breastcare and oxytocin massage with essential lavender oil on postpartum mothers at RSUD DR. H.M.Ansari Saleh Banjarmasin*

Keywords: *breastcare, lavender essential oil, post partum, oxytocin massage*

Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) sebagai makanan alamiah adalah makanan terbaik yang dapat diberikan oleh seorang ibu kepada bayi yang baru dilahirkannya. Air susu ibu mengandung zat pelindung yang dapat menghindari bayi dari berbagai penyakit infeksi. Air Susu Ibu (ASI) merupakan bahan makanan utama bagi bayi usia

0-6 bulan dimana ASI akan memenuhi kebutuhan nutrisi (Saraung,et,al 2017).

Menurut data WHO pada tahun 2017 (WHO, 2017), cakupan ASI eksklusif di seluruh dunia hanya sekitar 36% selama periode 2007-2014. Pencapaian ASI eksklusif di Indonesia tahun 2016 sebesar 54%, namun kembali

mengalami penurunan di 12 tahun 2017 hanya 35% (Kementerian Kesehatan RI, 2017). Menurut Kemenkes RI (Kemenkes RI, 2019), bahwa cakupan ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 68,74%. Pemberian ASI di Provinsi Kalimantan Selatan (2018) adalah sebesar 92,6%, namun persentase bayi yang mendapat makanan pra laktasi (bayi diberi sesuatu selain ASI pada tiga hari pertama kehidupan) mencapai 70,7%, angka ini berada di atas angka nasional yaitu 64,6%. Wilayah Kota Banjarmasin memiliki persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi umur 0–6 bulan juga mengalami peningkatan dari 60,40% pada tahun 2020 menjadi 67,10% pada tahun 2021.

ASI dibedakan menjadi 3 kelompok dan tahap secara terpisah yaitu *Kolostrum* adalah cairan yang dihasilkan oleh kelenjar payudara setelah melahirkan (2 – 4 hari) yang berbeda karakteristik fisik dan komposisinya dengan ASI matang dengan volume 150 – 300 ml/hari. Berwarna kuning keemasan atau kream (creamy). Lebih kental dibandingkan dengan

cairan susu tahap berikutnya dan *Transitional milk* (ASI peralihan) ASI peralihan adalah ASI yang dihasilkan setelah kolostrum (8 – 20 hari) dimana kadar lemak, laktosa, dan vitamin larut air lebih tinggi dari kadar protein, mineral lebih rendah, serta mengandung lebih banyak kalori dari pada kolostrum. Sedangkan *Mature Milk* (ASI Matang) ASI matang adalah ASI yang dihasilkan 21 hari setelah melahirkan dengan volume bervariasi yaitu 300 – 850 ml/hari tergantung pada besarnya stimulasi saat laktasi. 90% adalah air yang diperlukan untuk memelihara hidrasi bayi. ASI matur merupakan nutrisi bayi yang terus berubah disesuaikan dengan perkembangan bayi sampai 6 bulan. Volume ASI pada tahun pertama adalah 400 – 700 ml/24jam, tahun kedua 200 – 400 ml/24 jam dan sesudahnya 200 ml/24 jam. Sedangkan studi pendahuluan yang dilakukan di RSUD dr.H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin, memiliki persentase cakupan persalinan diketahui bahwa pada tahun 2021 terdapat 236 persalinan spontan sedangkan pada tahun 2022 sebanyak 336

persalinan spontan dan pada Januari 2023 sebanyak 17 pasien persalinan spontan, setelah persalinan selesai setiap ibu akan memasuki masa nifas dan harus segera bersiap menjalankan tugas lain yaitu menyusui bayi yang baru saja dilahirkan.

Masa nifas (*puerperium/post partum*) dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil (Anggraini Y, 2010). Pada masa nifas ini dijumpai dua kejadian penting yaitu involusi uterus dan proses laktasi yang merupakan keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI (air susu ibu) diproduksi sampai proses bayi menghisap dan menelan air susu ibu (Suryani I, 2016).

Data Badan Kesehatan Dunia (2016) masih menunjukkan rata-rata angka pemberian ASI eksklusif di dunia baru berkisar 38 %. Jika dibandingkan dengan target WHO yang mencapai 50%, maka angka tersebut masih jauh dari target. Hal ini menunjukkan, pemberian ASI sebagai makanan pertama bayi masih kurang

Padahal penurunan gizi anak hingga menyebabkan anak bergizi kurang hingga buruk dan tumbuh pendek (*stunting*) dapat dicegah sedini mungkin dengan pemberian ASI eksklusif dan MPASI yang benar (Paramita, 2017). Menurut Cox 2006 (Rahayu, 2015), disebutkan bahwa ibu yang tidak menyusui bayinya pada hari-hari pertama menyusui disebabkan oleh kecemasan dan ketakutan ibu akan kurangnya produksi ASI serta tidak memiliki ASI yang cukup adalah suatu alasan yang paling sering dikemukakan oleh ibu yang mulai gagal menyusui atau berhenti menyusui terlalu cepat, sedangkan perubahan fisik dan psikologis dapat mempengaruhi proses laktasi (Cox, 2006). Secara teori bahwa cara kerja hormone oksitosin dipengaruhi oleh kondisi psikologis Karena itu persiapan ibu pasca bersalin merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi keberhasilan menyusui, stress, rasa khawatir yang berlebihan ketidak bahagiaan sangat berperan dalam kesuksesan menyusui.

Berbagai penelitian yang telah dilakukan

di Indonesia dengan metode pijat oksitosin dan *breastcare* dapat mengatasi tidak lancarnya produksi ASI dan untuk meningkatkan produksi ASI menjaga kebersihan payudara dan area puting susu mengatasi bentuk puting susu yang (*inverted*) yang datar dan masuk ke dalam, dan pijat oksitosin dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang sehingga diharapkan dengan dilakukan pemijatan ini, akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan hilang. Jika rileks dan tidak kelelahan setelah melahirkan dapat membantu merangsang pengeluaran hormon oksitosin (Widayanti W, 2014).

Aromaterapi berasal dari kata aroma yang berarti harum dan wangi, dan therapy dapat diartikan sebagai suatu cara perawatan tubuh dan atau penyembuhan penyakit dengan menggunakan minyak esensial (*essential oil*). Aromaterapi lavender adalah aromaterapi yang menggunakan bunga *lavendula* atau biasa disebut lavender, yang memiliki zat aktif berupa *linalool acetate* dan *linalylacetate* yang dapat

berefek sebagai analgesik. Sifat-sifat yang terkandung dalam minyak esensial lavender yaitu sebagai antiseptik, antidepresan, meringankan stres dan sulit tidur, mengatasi gigitan serangga. suatu yang dapat meningkatkan gelombang alfa dalam otak, gelombang ini bisa membuat rileks pada seseorang, dan memberikan rasa nyaman, mengurangi rasa stress, rasa sakit, emosi yang tidak seimbang dan mengurangi rasa kepanikan dan frustrasi. Relaksasi otot halus yang diberikan dari pemberian aromaterapi lavender dan pengeluaran oksitosiin yang meningkat efek dari pemijatan oksitosin dapat dijadikan salah satu faktor keberhasilan menyusui (Kenia, N. M., Dian, 2013)

Berdasarkan latar belakang masalah diatas penulis tertarik membahas tentang “Apakah *breastcare* dan pijat oksitosin mempengaruhi produksi asi yang sangat sedikit atau tidak lancar menjadi masalah utama pemberian ASI Eksklusif pada produksi ASI pada *post partum*”.

Metode

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Dengan menggunakan pendekatan penelitian menggunakan eksperimen semu (*Quasi Eksperiment*) dengan rancangan *Pretest Posttest Design*. Penelitian dilakukan di RSUD DR.H.MOCH.ANSARI SALEH dengan sasaran penelitian ini pada ibu postpartum sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan ini penentuan kriteria sampel untuk mengurangi bias hasil penelitian yaitu kriteria sampel untuk mengurangi bias hasil penelitian yaitu kriteria

inklusi dan esklusi. Jenis data dalam penelitian ini menggunakan data kuantitatif yang dinyatakan dalam bentuk angka. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner, Proses pengolahan data yang dilakukan pada penelitian ini dengan cara manual dan bantuan computer.

Hasil

Tabel 1 Gambar umur pada ibu

	Kontrol	Intervensi	
--	---------	------------	--

Umur	n	%	n	%	Jumlah
Beresiko	6	47,6%	4	20,2%	15
Tidak Beresiko	9	52,4%	11	79,8%	15
	15	100%	15	100%	30

Berdasarkan hasil penelitian terdapat 30 responden. Responden tersebut kemudian dikelompokkan berdasarkan rentang usia beresiko dan tidak beresiko yaitu dari data tersebut, terlihat pada kelompok kontrol dan intervensi didapatkan paling banyak berada pada ibu dengan umur tidak beresiko 20-35 tahun merupakan usia aman yang dianjurkan untuk kehamilan, persalinan dan menyusui.

Tabel 2 Ibu berdasarkan pengeluaran ASI pada hari ke 3

<i>Breastcare</i> dan Pijat Oksitosin	Produksi ASI	
	Lancar	Kurang lancar
Ya	13	2
Tidak	9	6

Dari hasil penelitian menunjukkan 30 responden dalam 2 perlakuan yaitu dengan

Kontrol dan Intervensi dalam periode tersebut.

Di antara mereka dengan pemberian *breastcare* dan pijat oksitosis pada ibu dengan adanya peningkatan ini dari data hasil penelitian langsung dalam pemberian *breastcare* dan pijat oksitosin pada ibu di hari pertama sudah adanya pengeluaran asi dan di hari kedua mengalami kenaikan dan pada hari ketiga pengeluaran asi dengan lancar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa produksi ASI ibu post partum mengalami peningkatan setelah dilakukan *breastcare* dan pijat oksitosin pada pengukuran hari pertama dan kedua. Hal ini menunjukkan bahwa pijat oksitosin cukup ampuh dalam memaksimalkan produksi dan pengeluaran ASI sejalan dengan penelitian Rahayuningsih (2016) yakni pada pengukuran pertama sebanyak 19 dari 30 responden pengeluaran ASI cukup dan mengalami peningkatan pada pengukuran kedua dan tiga berturut-turut.

Tabel 3 Pemberian *Breastcare* dan Pijatoksitosin

Hasil uji tersebut menunjukkan nilai sebesar 0,000. Nilai yang menunjukkan bahwa skor rata-rata pada kelompok kurang dari nilai 0,05 Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat efek yang signifikan dari pemberian *breastcare* dan pijatan oksitosin dengan esensial oil lavender.

Pembahasan

Berdasarkan Hasil Penelitian yang di dapatkan terdapat 30 responden. Responden tersebut kemudian dikelompokkan berdasarkan rentang usia yaitu <20, 20-35, dan >35. Dari data tersebut, terlihat bahwa 5 responden (16.7%) memiliki usia di bawah 20 tahun, dan 16 responden (57.0%) memiliki usia antara 20-35 tahun, dan 9 responden (26.7%) memiliki usia di atas 35 tahun. Sedangkan pada kelompok kontrol dan intervensi didapatkan paling banyak

Pemberian <i>breastcare</i> dan pijat oksitosin dengan esensial oil lavender	Kontrol		Intervensi		Total	
	%	N	%	N	%	N

berada pada ibu dengan umur tidak beresiko 20-35 tahun merupakan usia aman yang dianjurkan untuk kehamilan, persalinan dan menyusui dengan usia kurang dari 20 tahun memiliki fisik, mental dan psikologi yang belum matang saat menghadapi kehamilan, persalinan dan pemberian ASI.

Sedangkan ibu dengan usia lebih dari 35 tahun memiliki fisik dan alat reproduksi yang sudah berkurang dan menurun secara fungsi sehingga akan menimbulkan resiko bawaan pada bayi ataupun kesulitan ibu saat kehamilan (Hidajati, 2012). Dalam kurun waktu reproduksi sehat dikenal bahwa usia aman untuk kehamilan, persalinan dan menyusui adalah 20-35 tahun. Oleh sebab itu, yang sesuai dengan masa reproduksi sangat baik dan sangat mendukung dalam proses pembentukan dan produksi ASI, sedangkan umur yang kurang dari 20 tahun dianggap masih belum matang secara fisik, mental dan psikologi dalam menghadapi kehamilan, persalinan serta pemberian ASI.

Salah satu faktor yang mempengaruhi

kelancaran asi dan pemberian asi eksklusif pada pekerjaan ibu, ibu yang bekerja akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga Hal ini berpengaruh dalam pemberian ASI eksklusif, ibu IRT banyak yang memberikan ASI eksklusif pada bayinya, karena ibu rumah tangga memiliki banyak waktu dan kesempatan yang banyak bersama bayinya, sehingga dapat memberikan ASI secara eksklusif pada bayinya.

Menurut penelitian Okawary pada penelitiannya menyebutkan bahwa ibu yang bekerja cenderung memiliki pendidikan tinggi mengingat bahwa kesempatan bekerja lebih banyak bagi orang dengan pendidikan tinggi. Sedangkan pada penelitian Hartini menunjukkan bahwa IRT memiliki peluang keberhasilan dalam pemberian ASI eksklusif karena IRT mempunyai waktu yang lebih banyak bersama bayinya. Namun pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 25 ibu dari 41 total IRT tidak memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Hal ini dikarenakan pengetahuan ibu yang

kurang tentang ASI eksklusif.

Pada penelitian Umar menemukan sebesar 32,2% ibu memberikan ASI eksklusif.

Durasi pemberian ASI kurang dari enam bulan hanya 0,7% dengan alasan ibu kembali hamil.

Kegagalan pemberian ASI eksklusif terutama disebabkan karena tingginya pemberian makanan dan minuman selain ASI. Alasan terbanyak pemberian makanan dan minuman selain ASI antara lain ibu merasa ASI saja tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi

Rahmawati mengatakan bahwa ibu multipara dikaitkan dengan durasi menyusui yang lebih pendek, hal ini mengarah pada jarak kelahiran yang pendek dan waktu yang singkat sehingga tuntutan waktunya untuk mengurus anak memengaruhi ibu untuk melakukan penyapihan lebih cepat. Semakin tinggi paritas ibu maka semakin lambat usia penyapihan yang dilakukan. Hal tersebut mengacu pada fakta bahwa ibu dengan paritas tinggi memiliki usia lebih tua dan memproduksi ASI lebih sedikit. Selain itu, interval kelahiran yang rendah dan

waktu yang singkat untuk menyusui mengakibatkan ibu melakukan penyapihan cepat (Cadwell, 2011).

Dari hasil penelitian kelancaran pengeluaran ASI menunjukan 30 responden dalam 2 perlakuan yaitu dengan kontrol dan intervensi dalam periode tersebut. Di antara mereka dengan hari pertama terdapat 7 (19.7%) dengan perlakuan kontrol terdapat 2 responden dengan pengeluaran asi kurang lancar, sedangkan kelompok intervensi ada 5 responden dengan ibu pengeluaran asi setelah di lakukan breastcare dan pijat oksitosin pada pagi dan sore. selanjutnya dan pada hari kedua terdapat kenaikan 12 (42,0%) dengan perlakuan kontrol 4 responden dan perlakuan intervensi 8 responden dengan pemberian breastcare dan pijat oksitosisin. dari data hasil penelitian langsung dalam pemberian breastcare dan pijat oksitosin pada ibu di hari pertama sudah adanya pengeluaran asi dan di hari kedua mengalami kenaikan dan pengeluaran asi dengan lancar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa

produksi ASI ibu post partum mengalami peningkatan setelah dilakukan breastcare dan pijat oksitosin dengan esensial oil lavender terdapat peningkatan pada pengukuran pada hari pertama, kedua dan ketiga. Hal ini menunjukkan bahwa breastcare dan pijat oksitosin cukup ampuh dalam memaksimalkan produksi dan pengeluaran ASI.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh prihayanti dalam penelitiannya didapatkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rerata berulang yang signifikan antara produksi ASI setelah perlakuan breastcare dan pijat oksitosin pertama, kedua dan ketiga ($p\text{-value}=0,000$). Produksi ASI setelah perlakuan pertama memiliki rerata peringkat 1,37 cc lebih rendah daripada rerata peringkat setelah perlakuan kedua 1,77 cc dan rerata peringkat setelah perlakuan ketiga adalah 2,87 cc. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa breastcare dan pijat oksitosin mampu meningkatkan produksi ASI ibu *post partum*.

Pada penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Yuliana dengan judul “Efektifitas *Breastcare* dan Pijat Oksitosin Menggunakan Minyak Esensial Lavender Terhadap Produksi ASI Ibu Pasca Salin Tahun 2016” dengan jumlah setiap kelompok 30 responden. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perubahan peningkatan produksi air susu ibu yaitu kelompok intervensi pijat punggung menggunakan minyak *essenstial* lavender berpeluang 3,33 kali dan intervensi breastcare dengan menggunakan Virgin Coconut Oil (VCO) berpeluang 1,95 kali melancarkan produksi ASI dibandingkan kelompok kontrol. (Yuliana, Hakimi, and Isnaeni 2016).

Seperti yang banyak diketahui, ibu hamil dan menyusui tidak boleh sembarangan menggunakan produk perawatan kuli dan mempermudah proses menyusui setelah bayi lahir terkadang banyak wanita merasa kesakitan saat pertama kali menyusui si kecil, untuk itu ibu hamil dan menyusui perlu menyediakan minyak

kelapa. Selain itu juga kondisi stress oksidatif pada masa post-partum diketahui mengalami peningkatan yang cukup signifikan terlihat dari adanya penurunan konsentrasi enzim antioksidan. Stres oksidatif dapat memberikan risiko jangka pendek dan jangka panjang bagi Ibu, sehingga sangat penting untuk meningkatkan kondisi profil stress oksidatif Ibu post-partum. VCO diketahui memiliki aktivitas antioksidan sehingga dapat menjadi salah satu alternatif suplemen alami kaya antioksidan. Adanya aktivitas antioksidan dari VCO yang berasal dari kelapa ini menunjukkan adanya potensi pemanfaatan ke bidang yang lebih luas. Salah satunya yang paling utama adalah untuk mendukung pertumbuhan, alternatif pengobatan penyakit infeksi dan sebagai sumber pangan kayak antioksidan

Ibu yang dilakukan pijat oksitosin akan merasa lebih relax karena adanya perlakuan massage pada bagian punggung yang menstimulus banyak titik syaraf yang merangsang pengeluaran oksitosin secara cepat,

sedangkan Ibu post partum yang dilakukan breast care bagian yang diintervensi hanya pada bagian payudaranya saja, sehingga tingkat distruction lebih sedikit dibanding ibu post partum dengan pijat oksitosin (Bowles, 2011).

Hasil penelitian ini dan asumsi dari peneliti juga sesuai dengan hasil penelitian dari Rusdiarti yang menyatakan bahwa adanya pengaruh pijat oksitosin pada ibu nifas terhadap pengeluaran ASI karena pijat oksitosin merupakan tindakan yang dilakukan pada ibu menyusui yang berupa back massage pada punggung ibu untuk meningkatkan pengeluaran hormon oksitosin. Sejalan dengan penelitian dari Rahmawati (2014) yang menyatakan bahwa produksi ASI pada ibu yang dilakukan pijatan oksitosin sebagian besar memiliki produksi ASI dalam kategori normal.

Pijat oksitosin bisa dilakukan segera setelah ibu melahirkan bayinya dengan durasi 10-15 menit, frekuensi pemberian pijatan 2 kali sehari. Pijatan ini tidak harus dilakukan langsung oleh petugas kesehatan tetapi dapat

dilakukan oleh suami atau anggota keluarga yang lain. Petugas kesehatan mengajarkan kepada keluarga agar dapat membantu ibu melakukan pijat oksitosin karena teknik pijatan ini cukup mudah dilakukan dan tidak menggunakan alat tertentu. Asupan nutrisi yang seimbang dan memperbanyak konsumsi sayuran hijau serta dukungan suami dan keluarga juga sangat dibutuhkan untuk meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI (Wulandari, 2014). Penelitian dari Delima juga menyatakan bahwa rata-rata pengeluaran ASI pada ibu pasca salin normal yang diberikan pijat oksitosin lebih.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Prasetya, Breastcare dan Pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang didapatkan pada penelitian ini yang menunjukkan bahwa tingkat kelancaran pengeluaran ASI sesudah breastcare dan pemberian pijat oksitosin pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu paling banyak dengan produksi lancar

sejumlah 13 orang (86,7%). Hasil menunjukkan terdapat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan breast care dan pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu dengan nilai ($P = 0,000 < (0,05)$).

Pijat oksitosin melalui *neurotransmitter* akan merangsang modulla oblongata dengan mengirim pesan hypothalamus di hipofise posterior, hal tersebut merangsang reflek oksitosin atau reflek let down untuk mensekresi hormon oksitosin ke dalam darah. Dengan diberikan pijat oksitosin akan lebih memperlancar produksi ASI pada ibu menyusui dan juga memberikan kenyamanan pada ibu.(Delima, Arni, and Rosya 2016) Dengan pijat oksitosin kelenjar hipofise posterior dirangsang untuk memproduksi oksitosin. Oksitosin yang masuk ke sistem peredaran darah merangsang sel-sel mioepitel yang berada di sekeliling alveolus mammae dan duktus laktiferus berkontraksi.

Sel sel mioepitel yang berkontraksi

merangsang alveolus mengeluarkan ASI melalui duktus laktiferus ke sinus laktiferus. Saat bayi menghisap, ASI yang berada di dalam sinus mengalami tekanan yang menyebabkan ASI keluar ke mulut bayi. Gerakan ASI yang keluar dari sinus disebut Let Down. Pada saat yang sama hal itu juga merangsang kelenjar adenofise yang menyebabkan hormon prolaktin masuk ke sistim peredaran darah, hal ini menyebabkan ASI di produksi oleh sel-sel acinus dalam alveolus (prolaktin reflek).(Jamilah 2015)

Penggunaan minyak esensial aromaterapi lavender dapat membantu ibu untuk relaksasi dan kenyamanan sehingga diharapkan produksi ASI dapat meningkat. Lavender merupakan salah satu minyak esensial yang populer dan secara luas digunakan dalam bidang kesehatan klinis khususnya mengatasi permasalahan psikosomatik dalam ginekologi. Kandungan aktif utama pada minyak lavender yang berperan pada efek anti cemas (relaksasi) adalah linalool dan linalyl acetat. Menurut hasil penelitian Rahayuningsih Ibu postpartum yang

mendapatkan pijat oksitosin dan perawatan terhadap payudara dapat memproduksi ASI lebih banyak jika dibandingkan dengan kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan ($p<0.001$). Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa produksi ASI Ibu yang diberikan lebih banyak dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan dengan nilai $p=0,001$ yang berarti terdapat pengaruh terhadap produksi ASI. Responden yang sudah dilakukan keluar lebih banyak. Hal ini dipengaruhi oleh hormon yang diproduksi oleh hipofisis posterior yang hormon tersebut akan dilepas kedalam pembuluh darah apabila mendapatkan rangsangan yang tepat.

Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa *breastcare* dengan minyak VCO dan pijat oksitosin dengan esensial oil lavender dapat merawat payudara dan dapat meningkatkan produksi asi pada ibu. Karna dalam kandungan minyak Vco VCO sebagai zat yang mampu meningkatkan produksi ASI. mengandung alkaloid yang dinilai potensial

untuk memberikan dampak neuro-protektif utamanya pada Ibu menyusui melalui terapi massage dan merawat kulit karena didalam minyak kelapa terdapat kandungan lemak jenuh yang bermanfaat untuk membantu mempertahankan kelembaban kulit. dan Pijat oksitosin dengan *esensial* lavender dapat meningkatkan gelombang alfa di dalam otak, gelombang ini bisa membuat rileks, rasa nyaman, rasa keterbukaan, menurangi rasa tertekan, stress, rasa sakit, emosi yang tidak seimbang, hysteria, rasa frustrasi dan kepanikan. Aromaterapi lavender merupakan salah satu metode inhalasi yang menggunakan aromaterapi, dampak positif aromaterapi lavender memberikan efek relaksasi pada system syaraf pusat pada hipotalamus yang membantu meningkatkan produksi hormon oksitosin yang berdampak terhadap meningkatnya produksi ASI.

Daftar Pustaka

- Aisiyah Nor, 2015 Minyak Aromaterapi Lavender sebagai media peningkatan produksi ASI, Stikes Muhammadiyah Kudus
- Angraini,W, Pratiwi,B.A., Sagitarius, N. (2019). Analisis faktor penyebab kegagalan ASI eksklusif pada ibu di Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu*, 14(3).
- Angraini Y. (2010). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Pustaka Rihima.
- Astutik, Y, R. (2015). *Asuhan kebidanan ibu nifas dan menyusui*. Salemba Medika.
- Cox. (2006). *ASI Eksklusif*. Trans info Media.
- Dewi, Vivian Nanny Lia; Sunarsih, T. (2011). *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*. Salemba Medika.
- Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin. (2022). *Pemberian ASI Eksklusif*.
- Hamidah, H., & Fitriana, S. (2017). Hipnobreastfeeding Dan Pijat Oksitosin Berpengaruh Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 5(1), 35–42.
- Hidayat, A. (2018). *Metode Penelitian: Pengertian, Tujuan, Jenis*. <https://www.statistikian.com/2017/02/metode-penelitian-metodologipenelitian.html>
- Kemenkes RI. (2019). *Hasil Utama Riskesdas*

- 2018.
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Pencapaian ASI eksklusif di Indonesia tahun 2016*. 1(1),3–184.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- Kenia, N. M., Dian, T. (2013). *Pengaruh Relaksasi (Aromaterapi Lavender)*.
- Lestari, H., I. J. & S. M. (2016). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi Kolostrum pada ibu postpartum di Puskesmas Rasa Bou Kecamatan Huu Kabupaten Dompu. *Prima*, 85–97.
- Maritalia, D. (2014). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Pustaka Pelajar.
- Marni, W. (2014). *Efektifitas Aromaterapi Lavender (Lavendula Angustifolia) Dan Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Pada Primigravida Di BPS Utami Dan Ruang Bonek RSUD Karanganyar*. Stikes Kusuma Husada.
- Maryuni, A. (2012). *Inisiasi Menyusui Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi*. TIM.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Metodologi penelitian kesehatan*. Perpustakaan Nasional RI.
- Rahmawati dkk. (2017). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Produksi Air Susu Ibu (Asi) pada Ibu Menyusui yang Bekerja. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*.
- Roesli, U. & Yohmi, E. (2013). *Manajemen Laktasi*.
- Roesli. (2007). *Mengenal ASI Eksklusif*. Trubus Agriwidy.
- Suryani I. (2016). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dengan Bendungan ASI Di 106 Ruang VII (NIFAS) RSUD Dr. Soekardjo Tasikmalaya. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Ciamis*.
- Tono S. (2021). Pengaruh Pijat Oksitosin dan Aromaterapy Lavender Terhadap Peningkan Produksi Asi Pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Batur I Kabupaten Banjarnegara. *Jurnal Kebidanan*, 10(2), 33–41.
<https://doi.org/10.47560/keb.v10i2.295>
- Walyani. (2017). *Perawatan kehamilan & menyusui anak pertama agar bayi lahir dan tumbuh sehat*. Pustaka Baru Press.
- Walyani, E. & P. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui*. Pustaka Barupess.
- WHO. (2017). *Exclusive Breastfeeding For Optimal Growth, Development And Health Of Infants*. WHO.
- Widayanti Wiwin. 2014. Efektivitas Metode “Speos” (Stimulasi Pijat Endorphin, Oksitosin dan Sugestif) terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas. UNDIP