



## Efektivitas Penggunaan Rompi Pijat Oksitosin Otomatis untuk Memperlancar dan Meningkatkan Produksi ASI

Desriyanti\*<sup>1</sup>, Rhesma Intan Vidiastary<sup>2</sup>, Elmie Mufitana<sup>3</sup>, Muhammad Arsyad Ardiansyah<sup>4</sup>, Alfina Sofianawati<sup>5</sup>, Fadhilah Nurul Karimah<sup>6</sup>

<sup>124</sup> Teknik Elektro, Fakultas Teknik Universitas Muhammadiyah Ponorogo, Indonesia

<sup>356</sup> Prodi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, Indonesia

[desri77@umpo.ac.id](mailto:desri77@umpo.ac.id)<sup>1</sup>, [rhesma@umpo.ac.id](mailto:rhesma@umpo.ac.id)<sup>2</sup>, [mufitana@umpo.ac.id](mailto:mufitana@umpo.ac.id)<sup>3</sup>

Alamat : Jalan Budi Utomo No 10, Ponorogo 63471

Korrespondensi penulis : [desri77@umpo.ac.id](mailto:desri77@umpo.ac.id)\*

**Abstract:** Breast milk is nutrition for newborns, where exclusive breastfeeding will be given to babies until they are six months old. The hormone oxytocin can affect the production of breast milk. The release of the hormone oxytocin is carried out by a stimulation of the nipples through baby sucking or massage where breast massage is called breast message which can be done by a mother, or with the help of a special massage clinic to facilitate breastfeeding. The author created an Automatic Oxytocin Massage Vest to Accelerate Breast Milk Production in Breastfeeding Mothers. The strategy for implementing the vest tool can be used by the community, and knowing the level of usefulness of the tool. The next step will be knowing the effectiveness of the implementation of the vest using the "One Groups Pretest-Posttest Design" method, namely a research design that has a pretest before being given treatment and a posttest after being given treatment. Based on the results of the respondents and the analysis that has been carried out, it will be concluded that the hormone oxytocin is a hormone that has an important influence on the production of breast milk in nursing mothers, oxytocin massage tools are effective in increasing milk production in breastfeeding mothers, it is proven by 60% of the results of expressing breast milk from respondents more look at using an oxytocin massager. The reduced production after using the tool is influenced by several factors, including stress when using the tool and adding formula milk to babies during exclusive breastfeeding.

**Keywords :** Oxytocin , Automatic , Effectiveness, Massage, breastfeeding

**Abstrak:** Asi merupakan nutrisi bagi bayi yang baru lahir, dimana asi eksklusif akan di berikan ke pada bayi sampai berumur enam bulan. Hormon oksitosin dapat berpengaruh dalam produksi ASI. Keluarnya hormon oksitosin dilakukan sebuah rangsangan terhadap puting susu melalui hisapan bayi atau pemijatan dimana pemijatan payudara disebut breast message yang dapat di lakukan oleh seorang ibu, atau dengan bantuan klinik khusus pemijatan untuk memperlancar ASI. Penulis menciptakan Rompi Pijat Oksitosin Otomatis Untuk Memperlancar Produksi ASI Pada Ibu Menyusui. Strategi penerapan alat rompi dapat di gunakan oleh masyarakat, dan mengetahui tingkat kebermanfaatan alat tersebut. Untuk selanjutnya akan mengeahui efektifitas dari implementasi alat rompi dengan menggunakan metode "One Groups Pretest-Posttest Design", yaitu desain penelitian yang terdapat pretest sebelum diberi perlakuan dan posttest setelah diberi perlakuan. Berdasarkan hasil respondensi dan analisa yang telah dilakukan, akan diperoleh kesimpulan yaitu hormon oksitosin adalah horman yang mempunyai pengaruh penting dalam produksi ASI pada ibu menyusui, alat Pijat oksitosin efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui, hal itu dibuktikan dengan 60% hasil perahan ASI dari responden lebih banyak seelah menggunakan alat rompi pijat oksitosin, berkurangnya produksi ASI setelah penggunaan alat dipengaruhi beberapa factor, diantaranya adalah stress (kurang rileks) pada saat pemakaian alat dan penambahan susu formula pada bayi di usia pemberian ASI eksklusif.

**Kata Kunci :** Pijat Oksitosin, Rompi Pijat Otomatis, Efektifitas, produksi ASI

### 1. PENDAHULUAN

Asi merupakan nutrisi bagi bayi yang baru lahir, dimana asi eksklusif akan di berikan ke pada bayi sampai berumur enam bulan. Asi terkadang tidak langsung keluar saat bayi lahir, salah satunya pengaruh pada hormone yang ada. Oksitosin adalah hormone yang dapat diproduksi oleh kelenjar hipofisis posterior. Hormon tersebut dapat berpengaruh dalam

produksi ASI. Keluarnya hormon oksitosin dilakukan sebuah rangsangan terhadap puting susu melalui hisapan bayi atau pemijatan dimana pemijatan payudara disebut *breast massage* yang dapat dilakukan oleh seorang ibu, atau dengan bantuan klinik khusus pemijatan untuk memperlancar ASI. pemanfaatan Pijat Oksitosin sangat efektif untuk membantu produksi ASI pada ibu menyusui. Suatu usaha yang dapat dilakukan untuk membuat rangsangan hormon prolactin, dan hormon oksitosin kepada ibu sehabis melahirkan yaitu dengan menggunakan pijat oksitosin. Hal tersebut sejalan dengan pedoman pemerintah dalam menggunakan pemanfaatan lingkungan alam di sekitar, Budaya pijat nifas pada ibu nifas khususnya orang Jawa sudah sangat tinggi, Namun belum diteliti, dan tidak di fokuskan pada manfaat pijat untuk ibu nifas.

Penurunan keluaran, dan produksi ASI di hari-hari pertama sehabis melahirkan bisa dikarenakan oleh berkurang stimulasi hormon prolactin, dan hormon oksitocin berperan sangat penting dalam lancarnya pengeluaran, dan produksi dari ASI. Banyak aspek yang bisa mempengaruhi lancarnya pengeluaran, dan produksi ASI, yaitu paritas, perawatan payudara, lamanya menyusui, kesehatan ibu, stres, konsumsi alcohol, rokok, pil kontrasepsi, dan nutrisi. Oksitosin merupakan hormon yang dapat diproduksi oleh kelenjar hipofisis posterior. Sesudah hormon oksitosin diproduksi, hormon oksitosin akan masuk kedalam aliran darah, lalu membuat sel-sel mioepitel terangsang yang terdapat di daerah sekeliling duktus laktiferus, dan alveolus mammae. Kontraksi sel-sel mioepitel mendesak ASI keluar dari alveolus mammae melewati duktus laktiferus, dan disitu ASI akan disimpan untuk merangsang hormone oksitosin dilakukan dengan pijet, Pijat oksitosin diadakan untuk membangkitkan reflek oksitosin atau reflex let down. Selain untuk membangkitkan reflex let down, manfaat pijat juga untuk memberi rasa nyaman pada ibu, meredakan bengkak pada payudara atau sumbatan payudara, dan menjaga agar produksi ASI saat ibu, dan bayi sedang sakit. Melakukan sebuah pijat oksitosin untuk meningkatkan pengeluaran hormon yang berupa back massage pada punggung ibu. Inovasi berupa rompi pijat pelancar ASI yang dilengkapi dengan dua alat pijat berupa bola-bola pejal memberikan rangsangan langsung pada payudara.

## **2. METODE**

Desain Penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu, peneliti tidak mempunyai keleluasaan untuk memanipulasi subjek, artinya random kelompok biasanya dipakai sebagai dasar untuk menetapkan sebagai kelompok perlakuan dan control. Menurut setyo penelitian eksperimen biasanya diakui sebagai penelitian yang paling ilmiah dari seluruh tipe penelitian karena peneliti dapat memanipulasi perlakuan yang menyebabkan terjadinya sesuatu.

Sedangkan menurut Consuelo penelitian eksperimen adalah satu-satunya metode penelitian yang dapat menguji hipotesis mengenai hubungan sebab akibat. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah “One Groups Pretest-Posttest Design”, yaitu desain penelitian yang terdapat pretest sebelum diberi perlakuan dan posttest setelah diberi perlakuan. Dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan diadakan sebelum diberi perlakuan. Rumus One Groups Pretest-Posttest Design  $O_1 \times O_2$  dimana a)  $O_1$  merupakan pre test, b)  $X$  merupakan treatment, c)  $O_2$  merupakan post test. Responden dalam penelitian ini adalah ibu menyusui, satu bulan sampai enam bulan setelah melahirkan.

Variable yang digunakan produksi ASI ibu *post partum* dimana dengan metode uji uji chisquare untuk mengetahui efektivitas pijat [7]. Strategi penerapan alat rompi yang nantinya dapat di gunkan oleh masyarakat, dan mengetahui tingkat kebermanfaatan alat tersebut. Untuk selanjutnya akan mengetahui efektifitas dari implementasi alat rompi dengan menggunakan metode “One Groups Pretest-Posttest Design”, yaitu desain penelitian yang terdapat pretest sebelum diberi perlakuan dan posttest setelah diberi perlakuan. Dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan diadakan sebelum diberi perlakuan.



**Gambar 1.** Alur Penelitian

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode penelitian yang telah di laksanakan dalam pengujian ini secara langsung kepada sepuluh responden ibu menyusui, dimana sebelum menggunakan rompi Asi terlebih dahulu di pamping dengan menggunakan alat pompa asi elektrik, kemudian hasilnya di masukan ke dalam kantong asi. Jarak penggunaan rompi sebelum dan sesudah 15 sampai 20 menit. Selanjutnya uji memakai rompi pijat otoksin minimal 10 menit, sehingga setelah uji penggunaan rompi ini dapat di lihat hasil sebelum dan sesudah menggunakan alat tesebut.

Pengujian menggunakan rompi pijat otoksin dapat di lihat pada gambar 2



**Gambar 2.** Pengujian alat rompi pijat oksitosin

**Tabel 1.** Data responden penelitian

N0	Nama Responden	Usia Ibu (th)	Usia Bayi (bln)	Anak	Keluhan Menyusui	Pola Makan (hari)	Keterangan
1	Dhofatul Hidayah	28	4	2	tidak ada	3x	tidak bekerja
2	Yantik Farida	36	6	3	asi kurang lancar	3x	tidak bekerja
3	Arina	27	6	1	tidak ada	4x	tidak bekerja
4	Ima Susianti	37	2	2	tidak ada	3x	bekerja
5	Nur	38	2	3	asi kurang lancar	3x	tidak bekerja
6	Wahyu Nur	35	6	2	ada bendungan ASI	3x	tidak bekerja
7	Retno Dwi	27	4	1	asi kurang lancar	3x	tidak bekerja
8	Diah Septa	29	3	2	tidak ada	3x	tidak bekerja
9	Yantini	39	1	1	asi kurang lancar	3x	tidak bekerja
10	Rhonahi Indriyani	31	2	1	asi dominan keluar kanan	3x	tidak bekerja

Berdasarkan data responden yang telah diperoleh oleh tim, maka dapat dianalisa bahwa tim melakukan penelitian terhadap 10 responden dengan kisaran usia 27 sampai 39 tahun. Usia bayi masih sekitar 1-6 bulan. Responden merupakan ibu muda karena rata-rata masih ibu dengan 1 atau 2 anak. Sebagian besar responden tidak ada keluhan pada saat menyusui, hanya 4 responden yang mengeluh asi kurang lancar dan 1 respnden mengeluh terdapat bendungan asi di payudara.

Rata-rata responden tidak memiliki pola makan yang kurang karena pola makan yang dilakukan masih dalam taraf normal, yaitu 3x sehari, dan responden mayoritas ibu yang tidak bekerja.

**Tabel 2.** Data responden hasil sebelum dan sesudah penggunaan rompi

NO	Nama Ibu	Tanggal	Alat Pompa ASI	Hasil ASI (ml)		Lama Pemakaian Rompi dalam (menit)
				(Sebelum Memakai Rompi)	(Setelah Memakai Rompi)	
1	Dhofatul Hidayah	24-Jun-22	elektrik	30	80	10
2	Yantik Farida	24-Jun-22	elektrik	40	60	10
3	Arina	24-Jun-22	elektrik	65	50	10
4	Ima Susianti	24-Jun-22	elektrik	65	90	10
5	Nur	25-Jun-22	elektrik	30	55	10
6	Wahyu Nur	25-Jun-22	elektrik	30	40	10
7	Retno Dwi	28-Jun-22	elektrik	50	30	10
8	Diah Septa	28-Jun-22	elektrik	59	40	10
9	Yantini	28-Jun-22	elektrik	20	50	10
10	Rhonahi Indriyani	28-Jun-22	elektrik	30	30	10

Berdasarkan teknik pengambilan data efektifitas rompi pijat oksitosin, terhadap produksi ASI pada ibu menyusui, maka diperoleh hasil yaitu responden menggunakan pompa ASI elektrik, dikarenakan dengan menggunakan pompa ASI elektrik, akan lebih mempersingkat waktu dan tidak membutuhkan tenaga yang besar untuk melakukan *pumping*. Responden akan melakukan *pumping* sebelum penggunaan alat dan setelah penggunaan alat, sehingga diketahui efektifitas alat pijat oksitosin yang dibuat. Jarak *pumping* sebelum dan sesudah penggunaan alat sekitar 15 sampai 20 menit. Hasil perahan ASI yang diperoleh oleh responden pertama yaitu Ibu Dhofatul Hidayah sebelum menggunakan alat, hasil perahan sebanyak 30ml, setelah pemakaian alat, hasil perahan sebanyak 80ml. Hal tersebut membuktikan bahwa alat berfungsi efektif dalam meningkatkan produksi ASI. Responden kedua Ibu Yantik Farida, sebelum penggunaan alat hasil perahan ASI sebanyak 40ml, setelah penggunaan alat hasil perahan ASI sebanyak 60ml. Hal tersebut membuktikan bahwa alat efektif dalam meningkatkan produksi ASI. Responden ketiga Ibu Arina, sebelum penggunaan .alat, diperoleh hasil perahan ASI sebanyak 65ml, setelah penggunaan alat, diperoleh hasil perahan sebanyak 50ml. Hasil perahan setelah penggunaan alat lebih sedikit dibandingkan dengan sebelum penggunaan alat, hal tersebut dikarenakan Ibu Arina

kurang rileks dalam melakukan pemijatan. Responden keempat Ima Susianti, sebelum penggunaan alat dihasilkan perahan ASI sebesar 65ml, setelah penggunaan alat dihasilkan perahan ASI sebesar 90ml. Hasil perahan ASI setelah dilakukan pemijatan lebih banyak dibandingkan dengan sebelum penggunaan alat, hal tersebut membuktikan alat pijat efektif dalam meningkatkan produksi ASI. Responden kelima Ibu Nur, sebelum pemakaian alat dihasilkan perahan ASI sebanyak 30ml, setelah pemakaian alat dihasilkan ASI sebanyak 55ml. hal tersebut membuktikan alat pijat efektif dalam meningkatkan produksi ASI. Responden keenam Ibu Wahyu Nur, sebelum pemakaian alat dihasilkan perahan ASI sebanyak 30ml, setelah pemakaian alat dihasilkan ASI sebanyak 40ml. hal tersebut membuktikan alat pijat efektif dalam meningkatkan produksi ASI. Responden ketujuh Ibu Retno Dwi, sebelum pemakaian alat dihasilkan perahan ASI sebanyak 50ml, setelah pemakaian alat dihasilkan ASI sebanyak 30ml. hasil perahan setelah pemakaian alat mengalami penurunan, hal tersebut dikarenakan usia bayi 4 bulan sudah disambung dengan susu formula, sehingga produksi air susu ibu menjadi berkurang. Responden kedelapan Ibu Diah Septa sebelum pemakaian alat dihasilkan perahan ASI sebanyak 59ml, setelah pemakaian alat dihasilkan ASI sebanyak 40ml. hasil perahan setelah pemakaian alat mengalami penurunan, hal tersebut dikarenakan pada saat pemakaian alat, ibu kurang rileks, sehingga produksi ASI berkurang. Responden kesembilan Ibu Yantini sebelum penggunaan alat dihasilkan perahan ASI sebesar 20ml, setelah penggunaan alat dihasilkan perahan ASI sebesar 50ml. Hasil perahan ASI setelah dilakukan pemijatan lebih banyak dibandingkan dengan sebelum penggunaan alat, hal tersebut membuktikan alat pijat efektif dalam meningkatkan produksi ASI. Responden kesepuluh Ibu Ronahi Indriyani sebelum penggunaan alat dihasilkan perahan ASI sebesar 30ml, setelah penggunaan alat dihasilkan perahan ASI sebesar 30 ml. Hasil perahan ASI setelah dilakukan pemijatan sama banyak dengan sebelum pemijatan. Hal tersebut dikarenakan Ibu Rhonahi kurang rileks dalam melakukan pemijatan, sehingga produksi ASI tetap. Waktu yang dibutuhkan untuk melakukan *pumping* sebelum pemakaian alat pijat dan setelah pemakaian alat pijat adalah sekitar 1-2 jam.

Hasil penelitian yang telah dilakukan Machmudah dan Adawiah Pijat oksitosin oleh suami efektif untuk mendukung peningkatan produksi ASI pada ibu nifas. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ariyani dimana tindakan massage dapat mempengaruhi hormone prolactin dimana sebagai stimulus bagi ibu menyusui dalam meningkatkan produksi asi. Penelitian oleh Hernan dengan hasil nya bahwa sekresi hormon oksitosin dapat dirangsang oleh sentuhan seperti pemijatan.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan analisa yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan :

- a. Hormon oksitosin adalah horman yang mempunyai pengaruh penting dalam produksi ASI pada ibu menyusui.
- b. Alat Rompi pijat oksitosin otomatis efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui, hal itu dibuktikan dengan 60% hasil perahan ASI dari responden lebih banyak seelah menggunakan alat pijat oksitosin.
- c. Berkurangnya produksi ASI setelah penggunaan alat dipengaruhi beberapa factor, diantaranya adalah stress (kurang rileks) pada saat pemakaian alat dan penambahan susu formula pada bayi di usia pemberian ASI eksklusif.

#### REFERENSI

- Aryani, Y., Hasan, Z., & Atikasari, P. (2019). Perbedaan pijat Woolwich dan pijat 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. Retrieved from <http://jurnal.pkr.ac.id/index.php/JIA/article/view/220>.
- Faizatul Ummah. (2014). Pijat oksitosin untuk mempercepat pengeluaran ASI pada ibu pasca salin normal di Dusun Sono Desa Ketanen Kecamatan Panceng Gresik. *Jurnal Surya*, 2(1), 121–125.
- Hanum, S. M. F., Purwanti, Y., & Khumairoh, I. R. (2015). Efektivitas pijat oksitosin terhadap produksi ASI. *Jurnal Midwifery*, 1(1), April.
- Johnson, R. (2004). *Buku ajar praktik kebidanan*. Jakarta: EGC.
- Kustriyani, & Wulandari. (2021). *Buku ajar postpartum, menyusui dan cara meningkatkan produksi ASI*. Pasuruan: Qiara Media.
- Loniza, E. (2021, November 23). Bantu ibu menyusui, dosen UMY mengembangkan rompi pijat pelancar ASI. Retrieved from <https://lri.umy.ac.id/bantu-ibu-menyusui-dosen-umy-mengembangkan-rompi-pijat-pelancar-asi/>.
- Machmudah, & Adawiah. (2019). Pijat oksitosin oleh suami meningkatkan produksi ASI ibu primipara. *Jurnal Keperawatan*, 11, 231–236.
- Manurung, H. R., & Sigalingging, T. (2019). Pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di Puskesmas Sitinjo Kabupaten Dairi tahun 2019. *Excellent Midwifery Journal*, 3(1), 69–78.
- Nugraheni, D. E., & Heryati, K. (2017). Metode Speos (Stimulasi Pijat Endorphin, Oksitosin dan Sugestif) dapat meningkatkan produksi ASI dan peningkatan berat badan bayi. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 1. <https://doi.org/10.26630/jk.v8i1.384>
- Suryani, E., & Astuti, K. E. W. (2013). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu postpartum di BPM Wilayah Kabupaten Klaten. *Interest: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 123–128. Retrieved from <http://jurnal.poltekkessolo.ac.id/index.php/Int/article/viewFile/69/59>.