

KESEHATAN KEBIDANAN

Jurnal Ilmiah Kesehatan & Kebidanan

Vol. IX No. 1

Januari 2020

ISSN : 2252-9675

E-ISSN : 2722-368X



Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
MITRA RIA HUSADA

PENGARUH PIJAT OKSITOSIN DAN BREAST CARE TERHADAP PRODUKSI ASI IBU NIFAS DI KLINIK UTAMA AR PASAR REBO

Nurliza¹, Imelda Diana Marsilia²

Program studi Sarjana Terapan Kebidanan
STIKes Mitra RIA Husada, Jakarta Timur

Email: nurlizaaajmbi@gmail.com, imeldadiana33@gmail.com

ABSTRAK

United Nations Children's Fund (UNICEF) menyebutkan bahwa kematian sekitar 30 ribu anak di Indonesia setiap tahunnya dapat dicegah melalui pemberian ASI secara eksklusif selama 6 bulan sejak kelahiran bayi. Data dari profil kesehatan Indonesia tahun 2017 menunjukkan bahwa di Jawa Barat cakupan bayi yang mendapat ASI Eksklusif umur 0-5 bulan sebesar 45,09%, sedangkan bayi yang mendapat ASI Eksklusif sampai 6 bulan 38,23, di klinik Utama AR 40% ibu post partum mengalami gangguan produksi ASI keluar yang belum lancar. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin dan *breast care* terhadap produksi ASI.

Metode penelitian ini adalah pre experimental, dengan bentuk one group *pre-test* dan *post-test*. Penelitian ini dilakukan di Klinik Utama AR Pasar Rebo Tahun 2019. Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Juni-Juli. Populasi dalam penelitian sebanyak 35 orang ibu nifas. Jumlah sampel penelitian sebanyak 22 ibu nifas, menggunakan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan analisis univariat dan bivariat uji dependent t-test. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh pemberian pijat oksitosin dan *breast care* terhadap produksi ASI pada ibu nifas, Nilai rata-rata produksi ASI pada ibu nifas sesudah diberikan intervensi pijat oksitosin dan *breast care* adalah 59,08 cc. Berdasarkan hasil ini disarankan untuk mengembangkan pelayanan dengan memberikan intervensi kombinasi pada ibu postpartum untuk membantu meningkatkan ASI.

The Effect of Oxytocin Massage and Breast Care on Breast Milk Production of postpartum Mothers at AR Clinic Pasar Rebo in 2019

ABSTARCT

The United Nations Children's Fund (UNICEF) stated that the death of around 30 thousand children in Indonesia each year can be prevented through exclusive breastfeeding for 6 months from the birth of a baby. The purpose of this study was to determine the effect of oxytocin massage and breast care on milk production. The research method used pre experimental, in the form of one group *pre-test* and *post-test*. This research was conducted at the AR Pasar Rebo Main Clinic in June - July 2019. The population in the study was 35 people. The total sample of the study was 22 postpartum mothers, using *accidental sampling* technique. Data collection using univariate analysis and bivariate dependent t-test. The results showed the influence of oxytocin massage and breast care on the production of the breast milk in postpartum mothers. Based on this result it is recommended to develop services by providing combination interventions for postpartum mothers to help increase the breast milk.

Keywords: *Breast Milk Production, Oxytocin Massage, Breast Care, Postpartum Mother*

PENDAHULUAN

United Nations Children's Fund (UNICEF) menyebutkan bahwa kematian sekitar 30 ribu anak di Indonesia setiap tahunnya dapat dicegah melalui pemberian ASI secara eksklusif selama 6 bulan sejak kelahiran bayi. Dalam menanggulangi hal ini, Pemerintah telah menetapkan peraturan pemerintah No 33 Tahun 2012 tentang pemberian ASI Eksklusif, peraturan pemerintah tersebut yaitu ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan tanpa menambahkan atau menggantikan dengan makanan atau minuman lain.¹ Berdasarkan Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI, 2012) Angka Kematian Bayi di Indonesia masih cukup tinggi yaitu sebesar 32 kematian per 1.000 kelahiran hidup. Angka kematian bayi akan menurun jika bayi yang baru lahir segera mendapatkan air susu.² Data dari profil kesehatan Indonesia tahun 2017 menunjukkan bahwa di Jawa Barat cakupan bayi yang mendapat ASI Eksklusif umur 0-5 bulan sebesar 45,09%, sedangkan bayi yang mendapat ASI Eksklusif sampai 6 bulan 38,23% .³

Menurut para ahli ASI merupakan makanan yang sempurna bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI sangat berpengaruh terhadap kesehatan ibu dan juga bayi. Upaya bidan dalam usaha memperbanyak produksi ASI salah satunya dengan memberi bimbingan dalam perawatan payudara. Cara merawat payudara dapat dilakukan dengan perawatan payudara untuk pemeliharaan payudara dan menstimulasi reflek oksitosin. Oksitosin merupakan suatu hormon yang dapat memperbanyak masuknya ion kalsium kedalam intra sel.⁴

Prolaktin menyebabkan susu diproduksi dan Oxytocin menyebabkan serat otot yang mengelilingi kelenjar Alveoli mengerut seperti pada otot rahim. Saat serat otot disekeliling kelenjar alveoli berkerut menyebabkan air susu keluar yang disebut aliran. Salah satu cara meningkatkan produksi ASI melalui salah satu faktor yang mempengaruhinya yaitu perawatan payudara dan faktor fisiologis dapat dilakukan intervensi berupa *breast care* dan perawatan payudara.⁵ *Breast Care* disebut juga dengan perawatan payudara adalah upaya dengan perawatan khusus lewat pemberian rangsangan terhadap otot-otot buah dada ibu, dengan cara pengurutan atau masase diharapkan dapat memberi rangsangan kepada kelenjar air susu ibu agar dapat memproduksi susu tersebut. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI.⁶

Hasil penelitian Lien Lestari dkk, (2018). disimpulkan bahwa penerapan pijat oksitosin dan perawatan payudara, terjadi peningkatan sekresi ASI dari 17,09 menjadi 220,91 cc.⁷ Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Tuning Sugianti dkk, (2018), tentang kombinasi pijat oksitosin dan perawatan payudara di wilayah Kerja Puskesmas Patianrowo adalah Ada

pengaruh yang signifikan terhadap pemberian intervensi kombinasi pijat oksitosin dan perawatan payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu.⁸ 40% ibu post partum mengalami gangguan produksi ASI keluar yang belum lancar. Mereka mengatakan untuk mengatasi masalah tersebut dengan cara pijat oksitosin dan *breast care*. Dan dari hasil wawancara dengan bidan di klinik Utama Anny Rahardjo tidak semua pasien yang melahirkan dilakukan *breast care* dan pijat oksitosin kecuali pada ibu pasien yang ASI-nya belum keluar ataupun sedikit. Bidan mengajarkan *breast care* pijat oksitosin setelah melahirkan pada ibu post partum, selanjutnya bidan mengedukasikan pada pasien atau keluarga pasien untuk melakukannya sendiri di rumah tujuannya untuk memandirikan pasien. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin dan *breast care* terhadap peningkatan produksi ASI Ibu nifas di Klinik Utama AR pada Tahun 2019

METODE

Penelitian ini merupakan *pre eksperimental*. Desain yang digunakan adalah bentuk *one group pre test* dan *post test*. Penelitian ini dilakukan bulan Juni-Juli di Klinik Utama AR tahun 2019. Populasi penelitian ini adalah ibu nifas di Klinik Utama AR sebanyak 35 ibu. Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan *accidental sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 22 orang ibu. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan lembar observasi, Sebelum dilakukan pijat oksitosin dan *breast care*, ASI dikeluarkan terlebih dahulu dan dimasukkan ke dalam botol dot lalu diukur sebagai data *pre-test*, selanjutnya diberikan treatment atau intervensi pijat oksitosin dan *breast care* yang kemudian dilakukan lagi pengeluaran ASI dengan dimasukkan ke dalam botol dot dan diukur kembali sebagai data *post-test*. Kemudian akan dibandingkan jumlah kenaikan produksi ASI setelah dilakukan pijat oksitosin dan *breast care*.

HASIL PENELITIAN

1. Analisa Univariat

Tabel 5.1.1

Distribusi Produksi ASI Pre Test dan Post Test Pijat Oksitosin dan *Breast Care* di Klinik Utama AR Pasar Rebo Tahun 2019

Produksi ASI	Mean	Median	SD	Min-Maks
Sebelum	20,09	19,00	7,745	8-30
Sesudah	59,08	58,00	14,917	35-92

Berdasarkan tabel 5.1.1 di atas diketahui rata-rata jumlah produksi ASI ibu nifas dengan jumlah 22 orang, sebelum diberikan pijat oksitosin dan *breast care* adalah 20,09 cc, dengan standar deviasi 7,745. Skor tertinggi adalah 30 dan skor terendah 8. Kemudian diketahui juga rata-rata jumlah produksi ASI setelah diberikan pijat oksitosin dan *breast care* adalah 59,08 dengan standar deviasi 14,917. Skor tertinggi adalah 92 dan skor terendah 35.

2. Analisis Bivariat

Tabel 5.2
Hasil Analisis Pengaruh Pemberian Pijat Oksitosin dan Breast Care Terhadap Produksi ASI Pre Test dan Ibu Nifas di Klinik Utama AR Tahun 2019

Variabel	P
Produksi ASI Pre Test	0,000
Produksi ASI PostTest	0,000

Tabel 5,2 diatas menunjukkan hasil uji T Dependen berpasangan jumlah produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Jumlah produksi ASI sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) dilakukan pijat oksitosin dan *breast care* di dapatkan *p value* 0,000 dengan taraf signifikan alpha ($\alpha=0,05$). Jika *p value* lebih besar dari $\alpha=0,05$ maka hipotesis nol ditolak dan jika *p value* lebih kecil dari $\alpha=0,05$ maka hipotesis nol di terima. Hasil uji T dependen berpasangan menunjukkan *p value* lebih kecil dari $\alpha=0,05$ ($0,000 < 0,05$).

Begitu pula dari hasil uji statistik peningkatan produksi ASI sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) dilakukan pemijatan oksitosin dan *breast care* di dapat *p value* 0,000 dengan taraf signifikan $\alpha=0,05$. Jika nilai *p value* 0,000 hal ini menunjukkan nilai *p value* $< \alpha=0,05=95\%$ yang artinya dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian pijat oksitosin dan *breast care* terhadap produksi ASI ibu nifas.

PEMBAHASAN

1. Produksi ASI pada ibu nifas sebelum diberikan pijat oksitosin dan breast care

ASI Eksklusif merupakan makanan pertama, utama dan terbaik bagi bayi, yang bersifat alamiah. Khasiat ASI begitu besar karena dapat menurunkan risiko bayi terkena penyakit, selain itu ASI membantu pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan anak. Tidak semua ibu pasca persalinan mengeluarkan ASI karena pada ibu terjadi suatu

interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, saraf dan bermacam-macam hormon yang berpengaruh terhadap pengeluaran oksitosin untuk membantu memproduksi ASI. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Hormon oksitosin akan keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui isapan mulut bayi atau melalui pijatan pada tulang belakang ibu bayi, dengan dilakukan pijatan pada tulang belakang ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar.⁶

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa jumlah produksi ASI selama 3 hari dilakukan intervensi pijat oksitosin dan *breast care*, adapun rata rata sebelum diberikan pijat oksitosin dan *breast care* adalah 20,09 cc dan standar deviasi 7,745. Produksi dan pengeluaran ASI pada hari pertama kelahiran sangat bermanfaat bagi ibu dan bayi, karena hal ini dapat meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bayi karena bayi tidak perlu mendapatkan makanan pengganti ASI dengan alasan tidak adanya ASI yang keluar saat hari pertama kelahiran, sehingga ibu takut bayinya akan kelaparan. Menurut teori jumlah produksi ASI pada hari-hari pertama masih berkisar 2-20 cc. Selain itu, hal ini juga sangat bermanfaat bagi ibu karena oksitosin dibutuhkan oleh ibu untuk proses involusio uteri dan mencegah terjadinya perdarahan pada ibu.⁹

Penelitian yang sama juga dilakukan Debby Yolanda (2016) bahwa, jumlah rata-rata produksi ASI sebelum dilakukan kombinasi *breast care* dan pijat oksitosin 16 cc. Sedangkan jumlah rata-rata produksi ASI sesudah Dilakukan kombinasi *breast care* dan pijat yaitu 55 cc. hasil uji statistic menunjukan adanya pengaruh pemberian pijat oksitosin dan *breast care* terhadap peningkatan jumlah produksi ASI Ibu Nifas.¹⁰

Pijat oksitosin juga merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pemijatan ini dilakukan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae ke-V dan VI guna merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Salah satu hormon yang berperan dalam produksi ASI adalah hormon oksitosin, sehingga saat terjadi stimulasi hormon payudara berkontraksi. Kontraksi inilah yang menyebabkan ASI keluar lalu mengalir dalam saluran payudara sehingga keluarlah tetesan air susu dari puting payudara. Oksitosin diproduksi oleh kelenjar pituitari posterior (neurohipofisis). Saat bayi mengisap areola akan mengirimkan stimulasi ke neurohipofisis untuk memproduksi dan melepaskan oksitosin secara intermiten. Oksitosin akan masuk ke aliran darah ibu dan merangsang sel otot di

sekeliling alveoli berkontraksi membuat ASI yang telah terkumpul di dalamnya mengalir ke saluran-saluran duktus.¹¹

Perawatan payudara pada hari-hari pertama masa nifas dapat melancarkan aliran darah pada payudara, selanjutnya mengurangi tekanan intraduktal yang diakibatkan oleh ASI yang terkumpul pada duktus laktiferus sehingga rangsangan ini dilanjutkan ke hipotalamus melalui medulla spinalis dan mesensephalon. Hipotalamus akan menekan merangsang pengeluaran faktor yang memicu sekresi prolaktin yang akan merangsang hipofise anterior untuk memproduksi prolaktin. Selanjutnya, hormon prolaktin akan merangsang sel alveoli untuk membuat air susu.¹²

2. Produksi ASI pada ibu nifas sesudah diberikan pijat oksitosin dan *breast care*

Nilai rata-rata produksi ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin dan *breast care* pada ibu nifas di Klinik Utama AR adalah 59,08 cc dengan standar deviasi 14.917. Saat dilakukan pemijatan pada tulang belakang dapat menimbulkan reflek neurogenik yang mempercepat kerja saraf parasimpatis untuk menyampaikan perintah ke otak bagian belakang. Akibat sinyal stimulatorik, lalu ada proses potensial aksi oksitosin dilepaskan ke dalam darah sistemik dari hipofisis posterior. Lalu dalam aliran darah, oksitosin disampaikan ke sel mioepitel alveoli dan uterus sehingga oksitosin akan merangsang sel tersebut yang mengakibatkan kantung alveolus tertekan dan duktus memendek serta melebar.¹³

Hasil penelitian Muliani, Gusman (2018) menunjukan bahwa rerata pengeluaran ASI setelah diberikan perlakuan 4,49 cc, sedangkan rerata pengeluaran ASI ibu yang tidak diberikan perlakuan adalah 3,22. Hasil uji Uji normalitas data menggunakan *uji Shapiro-Wilk*, analisis data menggunakan uji independent t-test. Hasil penelitian ini adalah kombinasi perawatan payudara dan pijat oksitosin efektif terhadap produksi ASI pada ibu post partum.¹⁴

Hasil analisis dari penelitian perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI menunjukkan ada pengaruh bersifat positif dan signifikan. Penelitian ini sesuai yang dilakukan oleh Nilamsari (2014) tentang pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran ekskresi ASI ibu post partum. Hasil penelitian menjelaskan bahwa perawatan payudara efektif dilakukan untuk mengekskresikan ASI. Penelitian lain dari Maria (2012) bahwa kebiasaan melakukan perawatan payudara pada ibu menyusui dapat memperlancar produksi ASI sebesar 36 kali lebih besar dibandingkan dengan ibu menyusui yang tidak melakukan perawatan payudara. Gerakan pada perawatan payudara

dengan teknik memijat dianjurkan dengan tangan dan jari karena lebih praktis, efektif, efisien dan mempunyai keuntungan tekanan lebih baik yang bermanfaat merangsang reflek pengeluaran ASI selain itu juga merupakan cara efektif meningkatkan volume ASI.

3. Pengaruh pijat oksitosin dan *breast care* terhadap produksi ASI pada ibu nifas

Rata - rata peningkatan produksi ASI ibu nifas berdasarkan Uji T dependen berpasangan sebelum intervensi adalah 20,09 cc dengan standar deviasi 7,745 dengan jumlah produksi ASI terendah 8cc dan jumlah produksi ASI tertinggi 30 cc. Setelah pemberian pijat oksitosin dan *breast care* rata-rata jumlah produksi ASI ibu nifas adalah 59,08, standar deviasi 14,917 dengan jumlah produksi ASI terendah 35 cc dan jumlah produksi ASI tertinggi adalah sebanyak 92 cc. Hasil pengukuran jumlah produksi ASI pada ibu nifas menggambarkan bahwa rata-rata jumlah produksi ASI menunjukkan relevansi bahwa rerata sekresi ASI antara pre-test dan post-test dalam kelompok eksperimen adalah 35,59 cc. sehingga dapat dinyatakan terdapat peningkatan yang cukup signifikan dari kombinasi perawatan payudara dan pijat oksitosin dalam meningkatkan sekresi ASI ibu nifas.

Proses penelitian ini dilakukan dengan pengamatan langsung menggunakan lembar observasi selama 3 hari , dimana pada hari pertama sebelum dilakukan pemijatan oksitosin dan *breast care*, ASI dikeluarkan terlebih dahulu dan dimasukkan ke dalam gelas penampung ASI lalu di ukur sebagai data pre-test, selanjutnya di berikan intervensi berupa pijat oksitosin yang dilakukan $\pm$ 3 menit dan dilakukan sebanyak 3 kali pengulangan, kemudian dilakukan *breast care* yang diberikan sebanyak 20-30 kali. Pada hari ketiga ASI dikeluarkan lagi dan dimasukkan kedalam gelas penampung ASI lalu di ukur kembali sebagai data post-test. Intervensi ini diberikan pada ibu nifas hari pertama sampai hari ketiga berupa pijat oksitosin dan *breast care*.

Dilihat dari hasil distribusi hasil produksi ASI pada ibu nifas sebelum diberikan intervensi pijat oksitosin dan *breast care* memiliki rata-rata 20,09, sedangkan untuk rata-rata produksi ASI ibu nifas sesudah diberikan intervensi pijat oksitosin dan *breast care* adalah sebesar 59,08 cc. Pengaruh pemberian intervensi pijat oksitosin dan *breast care* sangat signifikan peningkatannya. Hasil penelitian probabilitas menunjukkan meningkatnya produksi ASI setelah diberikannya pijat oksitosin dan *breast care*.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Wulan, Gurusinga (2017) menunjukkan bahwa rerata volume ASI sebelum perawatan payudara yaitu 4,5 cc sedangkan rerata

sesudah perawatan payudara yaitu 6,44 cc. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh positif antara sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Adapun intervensi perawatan payudara yang dilakukan dengan cara merangsang atau memijat payudara, membersihkan puting susu serta mengompres payudara menggunakan air hangat dan air dingin secara bergantian yang dapat mempengaruhi hipofisis untuk mengeluarkan hormon progesteron dan estrogen sehingga menghasilkan hormon oksitosin.¹⁵

Pengeluaran ASI yang lebih cepat akan memberikan kesempatan ibu untuk menyusui bayinya secara eksklusif dan menurunkan risiko terjadinya kegagalan pemberian ASI Eksklusif pada bayi, serta jumlah ASI yang dilihat secara nyata dapat menghilangkan persepsi ketidakcukupan ASI yang selama ini mengganggu psikis ibu menyusui. Pentingnya ASI bagi bayi maka sudah seharusnya bayi mendapatkan ASI sesegera mungkin setelah lahir hingga usia 6 bulan. Hal ini sejalan pernyataan IDAI bahwa pemberian ASI Eksklusif selama 4-6 bulan berhubungan dengan rendahnya kejadian penyakit karena adanya antibodi yang dapat menetralisi.¹³

Produksi ASI merujuk pada volume ASI yang dikeluarkan oleh payudara. Intervensi dari kedua metode perawatan payudara dan pijat oksitosin pada prinsipnya bertujuan membuat otot-otot mioepitel berkontraksi, merelaksasikan pikiran dan memperlancar pengeluaran ASI. Pengeluaran ASI ini terjadi karena sel otot halus di sekitar kelenjar payudara mengerut sehingga memeras ASI untuk keluar. ASI dapat keluar dari payudara akibat adanya otot - otot yang mengerut yang dapat distimulasi oleh suatu hormon yang dinamakan oksitoksin. Melalui rangsangan pemijatan payudara atau rangsangan pada tulang belakang akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress, dibantu dengan hisapan bayi pada puting susu segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata kemudian mengirim pesan ke hipotalamus di hypofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan payudara mengeluarkan air susunya. Terlihat bahwa ada perbedaan yang signifikan produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan kombinasi metode perawatan payudara dan pijat oksitosin pada ibu pasca-persalinan, Sehingga berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan jika kedua metode tersebut dikombinasikan maka akan lebih efektif terhadap kelancaran produksi dan pengeluaran ASI. Hal ini dikarenakan kombinasi atau penggabungan dari kedua metode tersebut yaitu pemijatan pada payudara lewat pemberian rangsang terhadap otot-otot payudara dan pemijatan di daerah punggung ibu dengan tujuan untuk memberikan rangsangan pada kelenjar air susu agar dapat

memproduksi susu dan memicu hormon oksitosin atau refleksi *let down* serta memberikan kenyamanan dan menciptakan rasa rileks pada ibu melalui hormon endorphen yang disekresi karena rasa nyaman dan rileks yang dialami selama pemijatan serta dukungan yang diberikan. Pikiran, perasaan dan sensasi yang dialami seorang ibu akan sangat berpengaruh terhadap refleksi oksitosin sebagai hormon cinta. Hal inilah yang menyebabkan terjadinya peningkatan dari pengeluaran dan produksi ASI.

Hasil penelitian ini dapat diterapkan di seluruh fasilitas kesehatan khususnya di Klinik, BPM dan Puskesmas yaitu dengan memberikan kombinasi perawatan payudara dan pijat oksitosin pada ibu postpartum untuk membantu meningkatkan produksi ASI. Sangat dianjurkan untuk memberikan informasi tentang perawatan payudara dan pijat oksitosin pada ibu sejak masa kehamilan dan melakukan perawatan payudara sejak hamil yaitu pada trimester ketiga. Hal ini dilakukan untuk menyiapkan payudara dan memastikan kelancaran ASI pada masa menyusui sehingga ibu bisa melakukan perawatan payudara secara mandiri dengan dukungan dari suami dan keluarga.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian mengenai pengaruh pemberian pijat oksitosin dan *breast care* terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Klinik Utama AR Pasar Rebo Tahun 2019, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Nilai rata-rata produksi ASI pada ibu nifas sebelum diberikan intervensi pijat oksitosin dan *breast care* adalah sebesar 20,09 cc.
2. Nilai rata-rata produksi ASI pada ibu nifas sesudah diberikan intervensi pijat oksitosin dan *breast care* adalah 59,08 cc.
3. Terdapat pengaruh antara pemberian pijat oksitosin dan *breast care* terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Klinik Utama AR Pasar Rebo Tahun 2019.

DAFTAR PUSTAKA

1. Roesli U. 2012. *Panduan Menyusui Dini Plus ASI Eksklusif*. Depok; Pustaka Bunda.
2. UNICEF. 2013. *ASI adalah penyelamat hidup paling murah dan efektif di dunia*. UNICEF archives. (Online), cited 11 March 2019. 3
3. Kementerian Kesehatan. 2017. *Profil Kesehatan Indonesia. Pemantauan Status Gizi*. Jakarta. Ditjen.
4. Suherni. 2009. *Perawatan Masa Nifas*. Yogyakarta: Penerbit Fitramaya.
5. Astutik, R.Y. 2014. *Payudara dan laktasi*. Jakarta: Salemba Medika.
6. Sulustiyawati, Ari. 2010. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan dan Pada Ibu Nifas*. Penerbit CV Andi, Yogyakarta.
7. Lieni L. 2018. *Peningkatan Pengeluaran Asi Dengan Kombinasi Pijat Oksitosin Dan Teknik Marmet Pada Ibu Post Partum*. Jurnal Kebidanan Vol. 8 No. 2 October 2018 p-ISSN.2089-7669 e-ISSN. 2621-2870
8. Tuning S. 2018. *Kombinasi Pijat Oksitosin Dan Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Asi*.
9. Dwi Sunar, P. 2012. *Buku Pintar ASI Eksklusif*. Jogjakarta; DIVA Press.
10. Debby Yolanda Tahun 2016 . *Perbedaan Produksi Asi Sebelum-Sesudah Dilakukan Kombinasi Breast Care Dan Teknik Marmet Pada Ibu Post Sc*. 'Afiyah Vol. III NO. 2.
11. Rahayuningsih, T., Mudigdo, A., dan Murti, B. 2016. *Effect of Breast Care and Oxytocin Massage on Breast Milk Production: a study in Sukoharjo Provincial Hospital*. Journal of Maternal and Child Health, Vol. 1 No. 2, 2016: 101-109
12. Wijayanti, T., dan Setiyaningsih, A. 2017. *Perbedaan Metode Pijat Oksitosin dan Breast Care dalam Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Postpartum*. Jurnal Komunikasi Kesehatan, Vol. 3 No. 2, 2017: 1-1
13. IDAI. 2013. *Air susu ibu: Stres dan Cinta*. Arsip Ikatan Dokter Indonesia (IDAI).
14. Muliana, Gusman. 2018. *Efektifitas kombinasi perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap produksi asi pada ibu post partum di bpm setia*. Jrnal Ilmu Kesehatan Vol.12 No.2 Oktober 2018: Hal. 80-87 p-ISSN:1907-<http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php>
15. Wulan, S., dan Gurusina, R. 2017. *Pengaruh Perawatan Payudara (Breast Care) Terhadap Volume ASI pada Ibu Postpartum (Nifas) di RSUD Deli Serdang SUMUT Tahun 2012*. Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan,

EISSN 2722-368X



9 772722 368003