

PENGARUH PIJAT OKETANI TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU POSPARTUM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SEI LANGKAI KOTA BATAM

Mutya Syifa Salsabilla¹, Catur Yulinawati², Rofiqo Larasati Philip³

Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan

Institut Kesehatan Mitra Bunda

E-mail: mutyasyifa19@gmail.com¹, catur.yulinawati@gmail.com², rofiqolarasati03@gmail.com³

ABSTRACT

The problem of exclusive breastfeeding is influenced by several factors, including poor breast milk production. The impact of breast milk production is not smooth, the mother experiences pain due to swollen breasts, mastitis, breast abscesses can cause infection. Preventive efforts are non-pharmacological therapies, namely oketani massage, one of which is to increase breast milk production in postpartum mothers. Oketani massage can stimulate the strength of the pectoralis muscles which can cause the glands to produce milk. Purposes : To determine the effect of Oketani Massage on increasing breast milk production in Postpartum Mothers at Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2024. Method : This research design uses Pre- Experimental with One Group Pretest Posttest Design. The research sample amounted to 16 mothers, the data collection technique was purposive sampling. Independent variable is Oketani massage and dependent variable is breast milk production. The instruments in this study were SOP and observation sheet. Oketani massage was done for 2 x a day for 5 days, done for 10-15 minutes. Result : The results of this study showed that breast milk production before and after the oketani massage was given, the average amount of breast milk production before the treatment was 1.50 and after the treatment was 2.44. This result shows an increase in breast milk production before and after with a difference of 0.94. Wilcoxon statistical test showed that the significant value of p value = 0.000 < (0.05) There is an effect of Oketani massage on increasing breast milk production in postpartum mothers in Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam. Conclusion : Oketani massage can increase breast milk production in postpartum mothers. Seggestion: For midwives, it is recommended that health services can apply the oketani massage method as a care effort for postpartum mothers in increasing breast milk production

Keywords: Oketani Massage, Postpartum Mothers, Breast Milk Productions

ABSTRAK

Masalah Pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah produksi ASI tidak lancar. Dampak produksi ASI tidak lancar ibu mengalami kesakitan karena payudara bengkak, mastitis, abses payudara dapat menyebabkan infeksi. Upaya preventif ialah terapi non farmakologi yaitu pijat oketani yang salah satu nya untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum. Pijat Oketani dapat menstimulus kekuatan otot-otot pectoralis yang dapat menyebabkan kelenjar mammae menjadi lebih mature dan dapat meningkatkan produksi ASI. Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui Pengaruh Pijat Oketani terhadap peningkatan produksi ASI pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2024. Metode Penelitian: Rancangan penelitian ini menggunakan Pre Eksperimental dengan rancangan *One Group Pretest Posttest Design*. Sampel penelitian berjumlah 16 ibu, teknik pengambilan data secara *purposive sampling*. *Variable Independent* adalah Pijat Oketani dan *variable dependent* adalah Produksi ASI. Instrument dalam penelitian

ini adalah SOP dan lembar observasi. Pijat Oketani dilakukan selama 2 x sehari selama 5 hari, dilakukan selama 10-15 menit. Hasil Penelitian: Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan pijat oketani rata-rata jumlah produksi ASI sebelum diberikan perlakuan adalah 1,50 dan sesudah diberikan perlakuan adalah 2,44. Hasil ini menunjukkan peningkatan produksi ASI sebelum dan sesudah dengan selisih 0,94. Uji statistik wilcoxon menunjukkan bahwa nilai signifikan $p \text{ value} = 0,000 < (0,05)$ Terdapat Pengaruh Pijat Oketani terhadap peningkatan produksi ASI Pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam. Kesimpulan: Pemberian Pijat Oketani berpengaruh dapat meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Postpartum. Saran: Bagi bidan disarankan pelayanan kesehatan dapat mengaplikasikan metode pijat oketani sebagai upaya asuhan untuk ibu postpartum dalam meningkatkan produksi ASI.

Kata Kunci : Pijat Oketani, Ibu Nifas, Produksi Asi

PENDAHULUAN

Masa nifas adalah masa pemulihan paska persalinan hingga seluruh organ reproduksi wanita pulih kembali sebelum kehamilan berikutnya. Masa nifas ini berlangsung sekitar 6-8 minggu paska persalinan. Hal-hal yang perlu diperhatikan saat masa nifas antara lain, suhu, pengeluaran lochea, payudara, traktur urinarius, dan sistem kardiovaskuler. Selama masa nifas, ibu akan mengalami berbagai perubahan fisiologis dan psikologis. Perubahan fisiologis yang terjadi di antaranya: Rahim mengecil, Serviks menutup, Vagina kembali ke ukuran normal, dan Payudara mengeluarkan ASI (Azizah dan Rosyidah, 2022).

ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi karena mengandung semua nutrisi yang dibutuhkannya untuk tumbuh kembang dengan sehat. ASI merupakan sumber nutrisi penting untuk bayi terutama pada usia bayi 0-6 bulan yang biasa disebut ASI Eksklusif. ASI eksklusif memiliki banyak manfaat bagi bayi dan ibu, di antaranya, Meningkatkan ketahanan tubuh bayi, Mencegah bayi dari berbagai penyakit, Membantu melawan infeksi, Menjaga bayi dari virus dan bakteri yang merugikan kesehatannya. ASI mengandung banyak zat gizi yang baik untuk bayi, seperti, Antibodi alami, DHA, AA, Omega 6, Laktosa, Taurin, Protein, Laktobasius, Vitamin A, Kolostrum. Selain itu, ASI juga bisa menjadi salah satu bentuk kontrasepsi alami (Anggraini, Erika, dan Ade Dilaruri, 2022).

Berdasarkan penjelasan dari Badan Kesehatan Dunia *World Health Organization (WHO)*, yang dimaksud dengan ASI eksklusif adalah tidak memberikan bayi makanan atau minuman lain selain ASI selama 6 bulan (kecuali obat-obatan, vitamin, mineral tetes, atau ASI perah juga diperbolehkan). Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes), anjuran ASI eksklusif adalah 6 bulan, dan bisa dilanjutkan sampai usia bayi 2 tahun. *World Health Organization (WHO, 2020)*.

Berdasarkan data ASI eksklusif pada bayi diseluruh dunia sebesar 41%, sedangkan target WHO untuk ASI eksklusif didunia sebesar 70% (*Global Breastfeeding Collective, Unicef, Who, 2019*) Menurut data statistik dari UNICEF, hanya 3% ibu yang menyusui anaknya secara eksklusif selama 6 bulan, sementara di Indonesia, persentase ibu yang menyusui anaknya secara eksklusif hanya mencapai 55%.

Menurut data Kementerian Kesehatan, data nifas di Indonesia pada tahun 2022 sebesar (80,9%) (Kemenkes RI, 2022). Berdasarkan data nifas di Provinsi Kepulauan Riau yaitu (91,6%). Jika di lihat berdasarkan kabupaten/kota, diketahui bahwa Lingga (98,7%), Anambas (94,5%), Bintan (94,4%), Batam (91,6%), Tanjung Pinang (90,2%), Karimun (89,8%), Natuna (85,5%) (Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau, 2022).

Data Dinas Kesehatan Kota Batam pada Tahun 2023, didapatkan data cakupan ibu nifas mencapai (91,36%). Berdasarkan data ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Batam di

dapatkan sasaran tertinggi ibu nifas ada di Puskesmas Sei Langkai (93,21%), Puskesmas Lubuk Baja (90,11%), Puskesmas Baloi Permai (89,10%) (Dinas Kesehatan Kota Batam, 2023).

Berdasarkan ASI terendah di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Batam di dapatkan sasaran terendah ASI ada di Puskesmas Sei Langkai (40%), Puskesmas Lubuk Baja (55%), Puskesmas Baloi Permai (46%) (Dinas Kesehatan Kota Batam, 2024).

Usia 0-6 bulan merupakan waktu yang sangat strategis untuk memberikan ASI eksklusif karena pada usia tersebut kesehatan bayi masih sangat rentan dan mudah terserang penyakit. Rendahnya pemberian ASI eksklusif berdampak buruk pada bayi berusia 0-6 bulan. Hal ini dapat memperburuk kondisi seperti ISPA (35,09%), diare (38,07%), dan malnutrisi (492,2%), yang dapat menimbulkan berbagai dampak buruk bagi bayi, seperti pertumbuhan tubuh yang lambat, peningkatan kerentanan terhadap penyakit, penurunan IQ, dan gangguan mental. Kekurangan gizi yang parah bahkan dapat menyebabkan stunting pada anak.

Secara umum, tiga hari pertama masa nifas mengalami penurunan dan jumlah ASI yang tidak teratur, yang akan kembali normal pada hari ketujuh hingga keempat belas. Jika ASI tidak diproduksi pada hari keempat atau lebih, atau jika ASI diproduksi tetapi dalam jumlah yang tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan bayinya, produksi ASI menjadi bermasalah (Maritalia D.,2013).

Hasil observasi serta wawancara yang dilaksanakan pada wilayah kerja Puskesmas Sei Langkai pada tanggal 18 September 2024, dijumpai 7 dari 10 ibu nifas mengatakan permasalahannya ASI tidak lancar atau ASI seret.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada Puskesmas Sei Langkai bulan September 2024 dengan wawancara pada bidan koordinator dan Ibu Nifas, didapatkan informasi bahwasannya permasalahan ibu nifas tertinggi ialah produksi asi kurang sehingga bayi tidak cukup mendapatkan ASI Eksklusif, hal ini disebabkan karena ASI tidak lancar atau seret. Pada penelitian ini, peneliti memilih Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai sebagai tempat yang cocok untuk dijadikan tempat penelitian karena data ibu nifas tertinggi berada di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai sebanyak 4.038 orang (Data Puskesmas Sei Langkai, 2023).

Sebagai upaya preventif untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas yaitu dibutuhkannya terapi tambahan untuk meningkatkan produksi ASI meliputi terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi yang dapat digunakan seperti penggunaan domperidone, metoklopramid, sulpirid sesuai dengan resep dokter. sedangkan terapi non farmakologis merupakan pengobatan yang tidak melibatkan obat- obatan, seperti penggunaan terapi obat-obatan, meski efektif melancarkan ASI namun memiliki efek samping yang lebih berbahaya bagi ibu dan bayi. Terdapat beberapa contoh metode non farmakologi yakni pijat oksitosin, akupresur nifas, pijat marmet, punggung dengan aroma terapi serta pijat oketani. Keunggulan pijat oketani dari yang lain adalah meningkatkan hormon prolaktin dan oksitosin, membuat kelenjar susu lebih matang dan lebar, meningkatkan jumlah kelenjar susu, membantu mengembalikan kontur alami payudara, memperbaiki putting, mengurangi pembengkakan payudara, mencegah cedera puting dan mastitis (Sari dan Eliyawati,2022).

Pijat oketani merangsang hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon prolaktin bertanggung jawab untuk produksi ASI, sedangkan hormon oksitosin untuk mensekresikan ASI. Hormon oksitosin adalah hormon yang dihasilkan oleh kelenjar hipofisis posterior. Hormon ini bertanggung jawab untuk mengalirkan ASI yang telah di produksi prolaktin ke seluruh laktiferus dan sampai ke mulut bayi melalui isapannya. Pijat oketani akan membuat kelenjar mammae menjadi mature dan lebih luas, sehingga kelenjar-kelenjar air susu menjadi lunak, lentur dan areola serta putting susu menjadi lebih elastis saat dilakukan pijat oketani. Seluruh payudara menjadi lebih lentur dan membuat ASI berkualitas lebih baik karena kandungan solids, konsentrasi lemak dan gross energi meningkat (Machmud, 2019; Sembiring, 2020). Pijat oketani menstimulasi kekuatan otot pectoralis untuk meningkatkan produksi ASI dan membuat payudara menjadi lebih lembut serta lebih elastis sehingga bayi mudah untuk

menghisap ASI (Yasni et al., 2020). Persepsi ibu positif terhadap pijat oketani, yaitu ibu lebih percaya diri dan menyatakan bahwa bayinya dapat menyusu lebih baik dari sebelumnya (Tasnim et al., 2019).

Adapun upaya lain untuk merangsang hormon prolaktin dan hormon oksitosin dapat dilakukan dengan upaya pijat oksitosin. Pijat oksitosin merupakan salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI. Penerapan pijat oksitosin dilakukan pada ibu post partum dengan memijat sepanjang tulang belakang sampai ke-6 dengan cara memutar menggunakan kedua ibu jari selama 3 menit secara rutin. Pijat ini merangsang hormon oksitosin sehingga membuat payudara memproduksi ASI (Lestari et al., 2020). Pijat oksitosin yang diberikan terhadap ibu yang memiliki masalah produksi ASI dapat melancarkan produksi ASI, dikarenakan pijat ini memberikan kenyamanan pada ibu. Kenyamanan yang dirasakan oleh ibu akan dapat dirasakan oleh bayi, sehingga bayi pun merasa nyaman dan dapat menyusu dengan lebih baik (Magdalena et al., 2020). Pemberian pijat oksitosin memiliki manfaat seperti menenangkan, mengurangi stress, membangkitkan rasa percaya diri, membantu ibu postpartum agar mempunyai pikiran serta perasaan yang baik tentang bayinya dan sebagainya (Apreliasari & Risnawati, 2020). Pijat oksitosin terbukti bisa meningkatkan rasa rileks, tidur lebih nyaman dan berkualitas, mengurangi rasa sakit, mengurangi adanya stress dan membantu meningkatkan hormon oksitosin dan hormon prolaktin sehingga memperlancar produksi ASI (Lestari et al., 2021).

Hasil dari penelitian Sari dan Syahda (2020) tentang pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Bangkinang kota diperoleh ada pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu nifas, dikarenakan pijat oketani membuat payudara menjadi lebih lunak dan lebih luas, sehingga kelenjar-kelenjar air susu semakin banyak dan produksi ASI semakin banyak. Hasil ini dilihat dari bertambahnya volume produksi ASI ibu, bayi yang lama menyusu dan tenang saat menyusui. Hasil penelitian lain juga dari Yasni et al (2020) tentang pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Lhok Bengkuang kecamatan Tapaktuan, didapatkan terapi pijat oketani membuat produksi ASI nya meningkat dan lancar, perubahan pada puting payudara dan tidak adanya tanda atau bendungan ASI setelah diberikan pijat oketani. Hasil penelitian lain juga dari Jama dan Suhermi (2019) tentang efektifitas pijat oketani terhadap bendungan ASI pada ibu postpartum di RSB Masyita Makassar, didapatkan bahwa pijat oketani efektif dalam perubahan bendungan ASI pada ibu postpartum.

Hasil penelitian Magdalena et al (2020) tentang pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo rawat jalan Pekanbaru, disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas. Hasil penelitian lain Handayani dan Kameliawati (2020) tentang pelatihan pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui diperoleh setelah pemijatan oksitosin kepada 30 responden didapatkan bahwa rata-rata produksi ASI nya meningkat. Hasil dari penelitian Buhari et al (2018) tentang perbandingan pijat oketani dan oksitosin terhadap produksi air susu ibu pada ibu post partum hari pertama sampai hari ketiga di Rumah Sakit TK II Pelamonia Makassar diperoleh ada perbedaan antara pijat oketani dan pijat oksitosin, yaitu pijat oketani lebih baik dibanding pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum (Romlah dan Rahmi, 2019)

Berdasarkan penelitian (Farida et al., 2021) bahwa tidak semua ibu postpartum langsung mengeluarkan ASI. Untuk mendukung pemberian ASI ada beberapa titik pada tubuh yang bisa memperlancar ASI, seperti tiga titik di payudara (titik di atas puting, titik di bawah puting, dan titik tepat pada puting) (Hastuti, 2020). Terdapat beberapa cara untuk merangsang pengeluaran hormon prolaktin dan oksitosin. Di Indonesia ada banyak jenis metode yang dapat dijadikan pilihan bagi ibu menyusui yang mengalami masalah selama menyusui, seperti pijat oksitosin, pijat prolaktin, pijat marmet, pijat breascare, penerapan rolling massage punggung, perawatan payudara, dan pijat oketani (Dharmas, 2020)

Penelitian oleh Sari dan Syahda (2020) yang berjudul “pengaruh pijat oketani terhadap

produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Bangkinang kota” diperoleh ada pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu nifas, dikarenakan pijat oketani membuat payudara menjadi lebih lunak dan lebih luas, sehingga kelenjar-kelenjar air susu semakin banyak dan produksi ASI semakin banyak. Hasil ini dilihat dari bertambahnya volume produksi ASI ibu, bayi yang lama menyusui dan tenang saat menyusui. Hasil penelitian lain juga dari Yasni et al (2020) tentang pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Lhok Bengkuang kecamatan Tapaktuan, didapatkan terapi pijat oketani membuat produksi ASI nya meningkat dan lancar, perubahan pada puting payudara dan tidak adanya ASI Seret atau ASI tidak lancar setelah diberikan pijat oketani. Hasil penelitian lain juga dari Jama dan Suhermi (2019) tentang efektifitas pijat oketani terhadap ASI tidak lancar atau ASI seret pada ibu postpartum di RSB Masyita Makassar, didapatkan bahwa pijat oketani efektif dalam perubahan produksi ASI pada ibu postpartum.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif karena mengumpulkan data dalam bentuk angka-angka dan menerapkan analisis statistik untuk menginterpretasi data (Sugiyono, 2019). Penelitian menggunakan Pre Eksperimental dengan *One Group Pretest and Posttest Design*. Dalam desain ini, ada pre-test sebelum perlakuan dan post-test setelah perlakuan. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan. Desain ini digunakan sebagai tujuan yang hendak dicapai untuk mengetahui “pengaruh pijat oketani terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum”.

Dalam Penelitian ini, Besar sampel pada penelitian Pre eksperimental, belum banyak rumus yang dikembangkan untuk menentukan besar sampel yang dibutuhkan. Untuk menentukan besar sampel ditentukan dengan rumus Federer (Hoffman, 2017) sebagai berikut :

$$(n-1) \times (t-1) = 15$$

$$(n-1) \times (t-1) = 15$$

$$(n-1) \times (2-1) = 15$$

$$n-1= 15$$

$$n = 16$$

Keterangan :

t : Jumlah kelompok

n : Jumlah subjek perkelompok

Jumlah sampel yang diambil yaitu 16 responden. Maka besar sampel pada penelitian ini sebanyak 16 Ibu Nifas yang akan dijadikan responden. Variabel penelitian meliputi variabel independen yaitu pijat oketani, dan variabel dependen yaitu peningkatan produksi ASI. Adapaun instrumen penelitian ini menggunakan SOP pijat oketani. Analisis data dilakukan secara univariat Analisis univariat dalam penelitian ini digunakan untuk menganalisis distribusi frekuensi responden sebelum dan sesudah diberikan perlakuan Pijat Oketani. Bentuk ringkasan berupa tabel, statistik, dan grafik yang dilakukan ke masing - masing variabel (Donsu,2020). Analisis bivariat dalam penelitian ini digunakan untuk menganalisis pengaruh pijat oketani terhadap peningkatan produksi ASI. Dalam penelitian ini sebelum dilakukan analisis bivariat dilakukan uji normalitas data menggunakan *Shapiro Wilk* karena data sampel peneliti kurang dari 50. Uji normalitas data didapat nilai $p < 0.05$ sehingga data tidak berdistribusi normal. Maka dilakukan Uji nonparametrik yaitu uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk melihat pengaruh teknik Pijat Oketani.

HASIL

Karakteristik Responden

a. Usia

Tabel 1. Karakteristik Berdasarkan Usia Ibu Postpartum di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam 2024

Usia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
<20 Tahun	1	6.3
20 – 35 Tahun	14	87.5
>35 Tahun	1	6.3
Total	16	100.0

Berdasarkan tabel diatas diketahui sebagian besar ibu postpartum berusia <20 tahun berjumlah 1 (6,3%), 20 -35 tahun berjumlah 14 (87.5%), >35 tahun berjumlah 1 (6,3%).

b. Pendidikan

Tabel 2. Karakteristik berdasarkan pendidikan ibu postpartum di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2024

Pendidikan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Dasar	0	00.0
Menengah	11	68.8
Tinggi	5	31.3
Total	16	100.0

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui sebagian besar ibu postpartum dengan pendidikan dasar 0 (0%), menengah berjumlah 11 (68.8%), Tinggi berjumlah 5 (31.3%).

c. Pekerjaan

Tabel 3. Karakteristik Berdasarkan Pekerjaan Ibu Postpartum di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2024

Pekerjaan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Bekerja	3	18.8
Tidak Bekerja	13	81.3
Total	16	100.0

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui sebagian besar ibu postpartum bekerja berjumlah 3 (18.8%), tidak bekerja berjumlah 13 (81.3%).

d. Paritas

Tabel 4. Karakteristik Berdasarkan Paritas Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2024

Paritas	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Primipara	10	62.5
Multipara	6	37.5
Total	16	100.0

Berdasarkan tabel 4.4 sebagian besar paritas ibu postpartum primipara berjumlah 10 (62.5%), multipara berjumlah 6 (37.5%).

Analisis Univariat

a. Jumlah Produksi ASI

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Jumlah ASI Sebelum Diberikan Intervensi Pijat Oketani pada Ibu Post partum di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2024

Produksi ASI	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Kurang (<250 ml)	15	93.8
Normal (250 – 400 ml)	1	6.2
Lebih (>400 ml)	0	00.0
Total	16	100.0

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa jumlah produksi ASI ibu postpartum berada pada kategori kurang (<250 ml) yaitu 16 ibu postpartum (93,8%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Jumlah Produksi ASI Setelah Diberikan Intervensi pada Ibu Post partum di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2024

Produksi ASI	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Kurang (<250ml)	6	37.5
Normal (250 – 400 ml)	10	62.5
Lebih (>400 ml)	0	00.0
Total	16	100.0

Berdasarkan tabel 4.6 diketahui bahwa jumlah produksi ASI ibu postpartum berada pada kategori normal (250 - 400 ml) yaitu 10 ibu postpartum (62.5%).

Analisis Bivariat

a. Perbedaan Jumlah Produksi ASI sebelum dan sesudah Pijat Oketani

Tabel Pengaruh Jumlah Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Pijat Oketani Di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2024

Kelompok	Pretest	Posttest	<i>p value</i>
Pijat Oketani			
N	16	16	
mean	1,06	1,62	0,000
Standar Deviasi	0,250	0,500	

Berdasarkan tabel 4.7, dapat dilihat bahwa nilai *p value* pretest dan posttest intervensi dengan menggunakan pijat oketani adalah 0,000 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antar produksi ASI sebelum dan setelah diberikan pijat oketani.

PEMBAHASAN

Produksi ASI Sebelum dilakukan Pijat Oketani

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa produksi ASI ibu nifas sebelum diberikan pijat oketani adalah kurang (<250 ml) sebanyak 15 ibu nifas (93.8%), normal (250-400 ml) sebanyak 1 ibu nifas (6.2%).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh vania putri dan syukrianti syahda (2020) yang berjudul “pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja puskesmas bangkinang kota” dengan menggunakan uji t test dependen. Hasil penelitian menunjukkan produksi ASI ibu nifas sebelum dilakukan pijat oketani diperoleh nilai rata-rata yaitu 82,40 cc. sedangkan produksi ASI ibu nifas sesudah diberikan pijat oketani memiliki nilai rata-rata yaitu 105,20 cc di peroleh nilai p value = 0.000 ($\leq 0,005$). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa kelancaran produksi ASI meningkat setelah dilakukan pijat oketani.

Berdasarkan hasil penelitian Jahriani (2019) yang berjudul pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di kelurahan sendang sari kabupaten asahan. Diperoleh bahwa produksi ASI kurang sebelum dilakukan pijat oketani yaitu 76,7% dan produksi ASI normal 23,3%. Setelah dilakukan pijat oketani, produksi ASI normal mengalami peningkatan sebanyak 73,3% dan produksi ASI kurang menjadi 3,3 %. Maka ada pengaruh pijat oketani terhadap peningkatan produksi ASI.

Pijat Oketani akan merangsang payudara dan mempengaruhi hypopise untuk mengeluarkan hormon progesteron, estrogen dan oksitosin lebih banyak. Hormon oksitosin akan menimbulkan kontraksi pada sel-sel lain sekitar alveoli sehingga air susu mengalir turun ke arah puting. Salah satu metode perawatan payudara adalah dengan metode oketani. Metode pijat oketani ini, untuk ibu mengalami masalah dengan menyusui, misalnya kurangnya produksi ASI yang dihasilkan, payudara tegang dan juga bayi yang menunjukkan keengganan untuk minum ASI. Pijat Oketani merupakan salah satu alternatif yang dapat meningkatkan produksi ASI (Jahriani, 2019).

Menurut asumsi peneliti, pijat oketani dapat meningkatkan produksi ASI karena mempengaruhi hypopise untu mengeluarkan hormon progesteron, estrogen dan oksitosin lebih banyak. Hormon oksitosin akan menimbulkan kontraksi pada sel-sel lain sekitar alveoli sehingga air susu mengalir ke alveoli.

Produksi ASI Setelah dilakukan Pijat Oketani

Berdasarkan hasil penelitian ini Pijat oketani diberikan 2 kali dalam 1 hari dilakukan selama 5 hari. Pengukuran produksi ASI dilakukan sebelum ibu postpartum diberikan pijat oketani (pretest) kemudian untuk pengukuran produksi ASI setelah diberikan pijat oketani (posttest) diukur pada hari ke -5. Setelah diberikan pijat oketani produksi ASI ibu postpartum berubah dari kategori 15 ibu postpartum kurang (<250 ml) 93.8%, 1 ibu postpartum normal (25 - 400 ml) 6.2%, menjadi 6 Ibu postpartum kurang (<250 ml) 37.5%, 10 ibu postpartum normal (250-400 ml) 62.5%.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Anggaini,2022) yang berjudul “Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Produksi ASI” menunjukan bahwa dapat meningkatkan volume produksi ASI ($p=0,000$). Rata-rata sebelum intervensi adalah 82,41 ml dengan standar deviasi 41,46 dan rata-rata setelah intervensi adalah 135,98 ml dengan standar deviasi 50,09. Hal ini menunjukan bahwa pemberian pijat oketani dapat meningkatkan volume produksi ASI.

Menurut (Pratiwi et al., 2021), kendala yang sering menjadi alasan ibu tidak memberikan ASI eksklusif yaitu produksi ASI kurang. Upaya dalam peningkatan produksi ASI bisa dilakukan dengan cara mengkonsumsi makanan yang dapat mempengaruhi produksi ASI, memperbaiki teknik menyusui atau dengan melakukan perawatan payudara sejak dini dan rutin.

Menurut (Jeklin, 2016) perawatan payudara dapat merangsang kelenjar-kelenjar payudara sehingga mempengaruhi hipofilise untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin, hormon prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI dan hormon oksitosin mempengaruhi pengeluaran ASI. Seperti dikemukakan oleh (Astar & Machmudah, 2019) bahwa salah satu upaya untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan cara melakukan pijat oketani. Pijat oketani dapat melunakkan seluruh payudara meningkatkan kelenturan areola

menjadi elastis, ductus lactiferous dan puting juga menjadi lebih elastis dan bulat. Seluruh payudara menjadi lebih lentur sehingga menghasilkan ASI yang berkualitas.

Pijat oketani membuat duktus latiferus, aerola, serta putting susu jadi lebih elastis, selain itu juga merangsang adenohipofise atau hipofisis anterior sehingga dapat mengeluarkan hormon prolaktin hormon tersebut merangsang berbagai sel alveoli yang fungsinya membuat air susu. Selanjutnya bersamaan dengan pembentukan prolaktin, rangsangan akan dilanjutkan neurohipofisis atau hipofisis interior yang dapat mengeluarkan oksitosin, lalu oksitosin ini diangkut oleh darah ke payudara supaya menyebabkan kontraksi berbagai sel miopitel. Kontraksi ini akan memeras air susu yang sudah dibuat alveoli lalu masuk ke sistem duktulus, berikutnya mengalir dengan melalui duktus laktiferus sehingga ASI akan keluar (Romlah dan Rahmi, 2019).

Menurut asumsi peneliti, dengan dilakukan pijat oketani pada ibu postpartum untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI, selain meningkatkan kelancaran produksi ASI. Dapat juga memberikan rasa lega, kenyamanan, meningkatkan kualitas ASI, mencegah puting lecet, dan mencegah mastitis.

Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam.

Penelitian ini menggunakan uji wilcoxon (dimana data tidak berdistribusi normal). Berdasarkan nilai signifikansi didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,00 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima yang berarti ada Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Peningkatan Produksi ASI di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2024. Hasil penelitian ini Sejalan dengan penelitian (Astar & Machmudah, 2019) dan (Yasni et al., 2020) menyatakan bahwa terdapat perbedaan nilai pre test dan post test pada produksi ASI setelah diberikan pijat oketani. Terjadi peningkatan produksi ASI yang signifikan dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ sehingga pijat oketani efektif dalam meningkatkan produksi ASI.

Hasil penelitian (V. P. U. Sari & Syahda, 2020), menggunakan desain *Quasi Eksperimen* dengan *rancangan one-group pre test dan post test design*. Penelitian ini dilakukan selama 5 hari dengan sampel sebanyak 25 orang ibu nifas yang ada di wilayah kerja Puskesmas Bangkinang. Setelah dilakukan penelitian didapatkan hasil analisa data tentang pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan pijat oketani, rata-rata produksi ASI sebelum diberikan pijat oketani adalah 82,40 dan nilai rata-rata sesudah diberikan pijat oketani adalah 105,20. Hasil uji statistic dengan menggunakan uji T test diperoleh $p\text{-value}$ sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat oketani terhadap meningkatkan produksi ASI.

Sejalan dengan penelitian (Jama & S, 2019) sama-sama menggunakan rancangan *one-group pre test dan post test design*. Dari hasil penelitiannya bahwa semua ibu nifas setelah melakukan terapi pijat oketani mengalami perubahan pada bendungan ASI. Hasil dari analisa uji- T diperoleh nilai rata-rata = 4,8, $SD=1,46$. menunjukkan bahwa terapi pijat oketani efektif dalam mengubah bendungan ASI dan dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum.

Menurut (Jama & S, 2019) pijat oketani dapat merangsang kekuatan otot pectoralis sehingga dapat meningkatkan produksi ASI dan membuat payudara lebih lembut dan elastis. Hasil penelitian Anderson et al., (2020) menunjukkan beberapa efek dari pijat oketani yaitu mengurangi nyeri pada payudara, meningkatkan pasokan ASI dan sebagai resolusi untuk saluran yang tersumbat, pembengkakan payudara dan mastitis. Pijat oketani akan memberikan rasa lega dan nyaman serta mencegah puting lecet dan mastitis serta dapat memperbaiki atau mengurangi masalah laktasi yang disebabkan oleh puting rata (*flat nipple*), puting yang masuk kedalam (*inverted*). Selain dapat meningkatkan jumlah produksi ASI pijat oketani juga dapat meningkatkan kualitas ASI, yaitu kadar protein dan karbohidrat ASI yang meningkat. Pijat oketani akan menyebabkan aktivitas lipoxigenase menurun. Lipoxigenase adalah enzim-enzim yang mengkatalis penambahan oksigen ke lemak tak jenuh (Machmudah,

2019).

Menurut asumsi peneliti maka dapat disimpulkan bahwa, terjadi peningkatan produksi ASI setelah diberikan Pijat Oketani di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam tahun 2024. Pijat oketani ini bermanfaat untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum. Selain itu pijat ini juga dapat memberikan efek berupa penurunan nyeri pada payudara. Selain itu pentingnya bagi ibu postpartum untuk meningkatkan asupan nutrisi karena hal ini juga mempengaruhi kelancaran produksi ASI. Pijat oketani ini salah satu alternatif nonfarmakologi yang dapat digunakan untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum.

KESIMPULAN

Berdasarkan Hasil penelitian pengaruh Pijat Oektani Terhadap Peningkatan Produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2024 dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Sebagian besar produksi ASI sebelum diberikan pijat oketani pada ibu postpartum di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2024 adalah kurang (<250 ml) 15 ibu nifas (93.8%), normal (250-400 ml) sebanyak 1 ibu nifas (6.2%).
2. Sebagian besar produksi ASI pada ibu postpartum setelah diberikan pijat Oketani adalah kurang (<250 ml) sebanyak 6 ibu nifas (37.5%), dan normal (250-400 ml) sebanyak 10 ibu nifas (62.5%).
3. Hasil uji statistik dengan Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* pada peningkatan produksi ASI diperoleh hasil $p\text{-value } 0,000 < \alpha 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Peningkatan Produksi ASI Di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2024.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, F., Erika and Ade Dilaruri (2022) 'Efektifitas Pijat Oketani dan Pijat Oksitosin dalam Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu (ASI)', *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 5(2), pp. 93-104. Available at: <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i2.24144>.
- Astari, A. D. dan M. (2019). Pijat oketani lebih efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu Post-Partum dibandingkan dengan Teknik Marmet. Universitas Muhammadiyah Semarang, 242-248.
- Buhari, S., Jafar, N., & Multazam, M. (2018). Perbandingan Pijat Oketani dan Oksitosin terhadap Produksi Air Susu Ibu pada Ibu Post Partum Hari Pertama sampai Hari Ketiga di Rumah Sakit TK II Pelamonia Makassar. *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia*, 2(2), 159-169.
- Hastono, S.P. (2016) *Analisis data pada bidang kesehatan*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.
- Kementerian Kesehatan RI (2019) 'Kebutuhan Dasar Ibu Masa Nifas', *Kebutuhan Pada Masa Nifas*, p. 49.
- Kementrian Kesehatan RI BBPK (2020) 'Kebijakan dan Stategi Pelayanan Kesehatan Ibu dan Anak (MD1) || 1'.
- Kusuma, N.N.P. (2019) 'Penerapan Pijat Payudara Motede Oketani Terhadap Peningkatan Volume Asi Pada Ibu Post Partum Di Ruang Rawat Inap Rsud Siti Aisyah Kota Lubuklinggau Tahun 2019', *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951-952., pp. 1-123.
- Machmudah. (2017). Sukses Menyusui dengan Pijat Oketani. Prosiding Seminar Nasional Publikasi Hasil-Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat, September, 1-5.
- Notoatmodjo, S. (2018) *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Qomar, U. L. (2018). Efektifitas pijat oketani terhadap pencegahan bendungan ASI Pada Ibu Postpartum, 271-277.
- Riffa Ismanti and Fifi Musfirowati (2021) 'Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada

- Ibu Postpartum Literature Review', *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 1(1), pp. 68-77. Available at: <https://doi.org/10.55606/jrik.v1i1.1542>.
- Sari, Y.M. and Eliyawati, E. (2022) 'Pengaruh Produksi ASI Pada Ibu nifas, *Ahmar Metastasis Health Journal*, 2(3), pp. 118-125. Available at: <https://doi.org/10.53770/amhj.v2i3.146>.
- Sembiring, S. M. B. (2019). Efek metode "osins"(pijat oketani, oksitosin dan sugestif) terhadap produksi ASI pada ibu nifas di bpm wilayah kecamatan medan tuntungan kelurahan mangga. *Public Health Journal*, 6(1).
- Sthepani Sari Hidayat and Susanti Susanti (2024) 'Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Peningkatan Produksi ASI Di Klinik Pratama Medical Center Kota Batam', *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kedokteran*, 3(1), pp. 27-31. Available at: <https://doi.org/10.55606/jurrike.v3i1.2735>.
- Vania P. U., Syukrianti S., (2020). Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota.
- Widya Sari1, I. and Anggraini, R. (2019) 'Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Normal Kunjungan Ii (4-6 Hari) Di Bpm Deliana Pekanbaru Tahun 2019', *Prosiding Hang Tuah Pekanbaru*, 2012, pp. 31-42. Available at: <https://doi.org/10.25311/prosiding.vol1.iss1.13>.