

PERBEDAAN EFEKTIFITAS PEMBERIAN BUAH KURMA DAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PRODUKSI ASI IBU MENYUSUI 0-6 BULAN

Halimatus Saidah, Dewi Kartika Sari
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kadiri
Halimatus.saidah@unik-kediri.ac.id¹, dewikartika@unik-kediri.ac.id²

Abstrak

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan utama dan terbaik untuk bayi, Colin dan Scott (2009) dalam penelitiannya yang dilakukan di Australia menjelaskan bahwa 29% ibu menyusui berhenti menyusui karena produksi ASI berkurang. Pemberian kurma dan pijat oksitosin dapat dijadikan alternatif untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Kurma mengandung hormon yang mirip dengan oksitosin yaitu hormon potuchin, serta memberikan pijatan oksitosin, keduanya menghasilkan hormon oksitosin yang dapat merangsang produksi ASI. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan efektivitas pemberian kurma dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu menyusui 0-6 bulan.

Desain penelitian ini adalah penelitian Pre-Experimental dengan pendekatan desain Two Group Pretest-Posttest design. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu menyusui 0-6 bulan yang produksi ASInya tidak lancar dengan jumlah 32 responden, teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon dan Mann Whitney.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan kurma sebagian besar (75%) produksi ASI lancar, sedangkan setelah pijat oksitosin semua responden (100%) produksi ASI lancar. Hasil analisis dengan uji Wilcoxon menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan produksi ASI (P_value 0,001) dan pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI (P_value 0,000). Hasil uji statistik menggunakan Mann Whitney menunjukkan adanya perbedaan efektivitas pemberian kurma dengan pijat oksitosin terhadap produksi ASI.

Berdasarkan hasil penelitian, pijat oksitosin memiliki efektivitas yang lebih tinggi dalam meningkatkan produksi ASI selama 0-6 hari postpartum dibandingkan dengan pemberian jus kurma. Pemberian sari kurma dan pijat oksitosin dapat dijadikan alternatif bagi ibu nifas yang mengalami gangguan produksi ASI, agar ASI dapat diberikan secara maksimal kepada bayi sehingga bayi dapat tumbuh dengan sehat.

Kata Kunci : Buah Kurma, Pijat Oksitosin, Produksi ASI

Pendahuluan

ASI (Air Susu Ibu) merupakan makanan alamiah yang terbaik untuk bayi. ASI sangat penting sekali untuk tumbuh kembang bayi juga berkhasiat untuk menurunkan resiko bayi mengidap berbagai penyakit dan apabila bayi sakit akan lebih cepat sembuh bila dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif. ASI juga membantu pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan anak.

Pentingnya memberikan ASI secara eksklusif pada bayi baru lahir sampai usia 6 bulan dan terus memberikan ASI sampai anak berusia 24 bulan telah memiliki bukti yang kuat. (Sri Mukosim, 2015)

Menurut penelitian anak-anak yang tidak diberi ASI mempunyai IQ (*Intelektual Quotient*) lebih rendah 13 point dibandingkan dengan anak-anak yang diberi ASI secara eksklusif. Karena didalam ASI terdapat banyak kandungan nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan otak bayi, kandungan ASI antara lain adalah Taurin, Laktosa, DHA, AA, Omega-3 dan Omega-6 (Nurheti, 2010), hal ini serupa dengan pernyataan yang disebutkan oleh Anderson et al. (1999) yang menyebutkan bahwa bayi yang diberikan ASI selama 6 bulan mempunyai tingkat perkembangan kognitif yang lebih tinggi dibanding bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif/ diberikan susu formula, ASI mengandung DHA/AA dan asam lemak tidak jenuh (LCPUFAs) yang merupakan zat gizi ideal untuk pertumbuhan otak bayi. (Fikawati dkk, 2015)

Pemerintah telah menetapkan Peraturan Pemerintah No 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian Asi Eksklusif, Peraturan tersebut menyebutkan bahwa setiap bayi harus mendapatkan asi eksklusif yaitu ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (Kemenkes, 2012).

Secara nasional cakupan pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif 0–6 bulan di Indonesia berfluktuasi dalam empat tahun terakhir, menurut data Susenas cakupan ASI Eksklusif sebesar 34,3% pada tahun 2009, tahun 2010 menunjukkan bahwa baru 33,6% bayi kita mendapatkan ASI, tahun 2012 angka itu naik menjadi 42% dan menurut SDKI tahun 2013 cakupan ASI Eksklusif sebesar 54,3%. (Nurisnaeni, 2015)

Ada beberapa penyebab ibu tidak memberikan ASI kepada bayinya secara eksklusif misalnya ibu bekerja, faktor fisik (kelainan endokrin, jaringan payudara hipoplastik, usia, nutrisi), faktor reflek dan hormon (prolaktin dan oksitosin) juga memegang peranan penting dalam laktasi, faktor psikologis (stress, kacau, marah, sedih, kurangnya dukungan dan perhatian keluarga, faktor sosial budaya (memasarkan susu formula), faktor ketidak mengertinya ibu tentang kolostrum,

ibu beranggapan ASI ibu kurang atau tidak memiliki cukup ASI, merasa ketinggalan jaman (Baskoro, 2010).

Ibu menyusui mungkin saja terjadi hambatan dalam proses menyusui karena ASI nya tidak lancar keluar, sehingga menyebabkan ibu menjadi stress. Stress atau ketidakpercayaan diri pada ibu yang tidak yakin bisa memberikan ASI pada bayinya menyebabkan penurunan produksi hormone oksitosin terhambat.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Juni 2021 dikelurahan Semampir Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Kota Kediri didapatkan 50 ibu nifas sebanyak 30 (60%) ibu tidak memberikan bayinya secara ASI eksklusif dan dari 30 ibu tersebut 15 orang (50%) menyatakan bahwa ASInya tidak lancar/ sedikit/ tidak keluar lagi.

Salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan yaitu dapat dengan cara memeras ASI, melakukan perawatan payudara ataupun melakukan pijat payudara, sering menyusui meskipun ASI, menyusui secara dini dan juga dapat dilakukan dengan pijat ositosin, maupun makan makanan yang mengandung booster ASI (Nurul Isnaini, 2015)

Supaya ibu berhasil dalam memberikan ASI secara eksklusif, maka ibu yang sedang menyusui bayinya harus mendapat tambahan makanan untuk menghindari kemunduran dalam perbuatan dan produksi ASI. Jika makanan ibu tidak memenuhi asupan gizi yang cukup, tentu kelenjar pembuatan air susu dalam payudara ibu tidak akan bekerja dengan sempurna dan pada akhirnya akan berpengaruh terhadap produksi ASI (Wiji, 2013).

Buah kurma (*phonix dactylifera*) adalah makanan yang mengandung energi tinggi dan mempunyai komposisi yang ideal. Kurma dapat dimakan selagi mentah ataupun matang. Kurma mengandung kadar air dan vitamin yang banyak.

Dalam buah kurma, terdapat *hormon* yang mirip dengan *oksitosin* yaitu *hormon potuchin*, bekerja untuk merangsang otot polos dinding rahim. Serat pembuluh darah vena yang berada disekitar saluran susu di payudara juga mengalami kontraksi, sehingga menjadikan derasnya air susu ketika saluran beserta air susu yang dikandungnya mengalami kontraksi, sehingga dapat

meningkatkan produksi ASI ibu menyusui yang ditandai dengan berat badan bayi mengalami kenaikan, bayi BAK paling sedikit 6 kali sehari, bayi menyusu 8-12 kali sehari atau setiap 2-3 jam sekali, bayi tidur 3-4 jam setelah menyusu dan BAB bayi berwarna kuning berbiji. (Indah, 2010)

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidakcukupannya ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima – keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan (Yohmi & Roesli, 2009). Pijat ini berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun otomatis keluar. Penelitian ini yang dilakukan oleh eko 2011 menunjukkan bahwa pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI.

Pijatan ini memberikan rasa nyaman pada ibu setelah mengalami proses persalinan dapat dilakukan selama 2-3 menit secara rutin 2 kali dalam sehari (Depkes, 2007). 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.

Ibu menyusui harus memperhatikan beberapa hal untuk meningkatkan kualitas dan jumlah volume ASI yang dimilikinya. Beberapa saran yang perlu diperhatikan para ibu yang sedang memberikan ASI pada bayi, yaitu mengkonsumsi sayur dan buah yang meningkatkan volume ASI, salah satunya adalah mengkonsumsi buah kurma dan pijat oksitosin.

Berdasarkan pernyataan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Perbedaan efektifitas pemberian Buah Kurma dan pijat oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu menyusui 0-6 bulan di Kelurahan Semampir Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Tahun 2021”

Metodologi

Rancangan pada penelitian ini adalah jenis penelitian *Preekspemen* dengan pendekatan *Two Group Pre Test Post Test Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu nifas usia 0-6 bulan yang mengalami produksi ASI kurang, dengan sampel sebanyak 32 responden yang diambil dengan menggunakan rumus Federer yaitu 16 responden diberikan perlakuan pemberian buah kurma sebanyak 210 gram diberikan selama 7 hari, satu hari 3 kali (3x10 gram) dan 16 responden diberikan pijat oksitosin selama 2-3 menit dengan frekuensi sehari 2 kali selama 7 hari, teknik pengambilan sampel yaitu menggunakan *Purposive Sampling* dengan kriteria inklusi adalah ibu nifas 0-6 bulan yang mengalami produksi ASI kurang dan kriteria eksklusi yaitu ibu nifas dengan kelainan putting susu, mengalami mastitis, abses payudara. Ibu nifas yang sedang sakit.

Penelitian dilakukan pada bulan juni 2021 di kelurahan semampir wilayah kerja puskesmas balowerti kota Kediri. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon dan Man Whitney dengan taraf signifikan (0,05)

Hasil Penelitian

1. Karakteristik Produksi ASI Sebelum Mengonsumsi Buah Kurma

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Tingkat Produksi Asi Ibu Menyusui 0-6 Bulan

No	Kategori	Pemberian Buah Kurma	
		Pre-test	
		Frekuensi (f)	Prosentase (%)
1.	Lancar	0	0
2.	Tidak Lancar	16	100
	Jumlah	16	100

Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 1 dapat diinterpretasikan bahwa sebelum dilakukan pemberian buah kurma seluruh responden (100%) produksi ASI nya tidak lancar

2. Karakteristik Produksi ASI Sesudah Diberikan Buah Kurma

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik produksi ASI ibu menyusui 0-6 bulan

No	Kategori	Pemberian Buah Kurma	
		Post-test	
		Frekuensi (f)	Prosentase (%)
1.	Lancar	12	75
2.	Tidak lancar	4	25
	Jumlah	16	100

Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 2 dapat diinterpretasikan bahwa sesudah diberikan buah kurma sebagian besar responden (75%) produksi ASI nya lancar sebanyak 12 responden.

3. Karakteristik Produksi ASI Sebelum Dilakukan Pijat Oksitosin.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik produksi ASI Ibu Menyusui 0-6 Bulan

No	Kategori	Pemberian Pijat Oksitosin	
		Pre-test	
		Frekuensi (f)	Prosentase (%)
1.	Lancar	0	0
2.	Tidak lancar	16	100
	Jumlah	16	100

Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 3 dapat diinterpretasikan bahwa sebelum dilakukan pijat oksitosin seluruh responden (100%) produksi ASI nya tidak lancar yaitu sebanyak 16 responden.

4. Karakteristik Produksi ASI Sesudah Dilakukan Pijat Oksitosin

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Karakteristik produksi ASI ibu menyusui 0-6 bulan.

No	Kategori	Pijat oksitosin	
		Post-test	
		Frekuensi (f)	Prosentase (%)
1.	Lancar	16	100
2.	Tidak lancar	0	0
	Jumlah	16	100

Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 4 dapat diinterpretasikan bahwa sesudah menggunakan pijat oksitosin seluruh responden (100%) produksi ASInya lancar yaitu sebanyak 16 responden.

5. Analisa Pengaruh Produksi ASI Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pemberian Buah Kurma.

Tabel 5. Analisa Pengaruh Produksi ASI Pada Ibu Menyusui 0-6 bulan.

	Perbe daan	Kategori				Total	
		Lancar		Tidak lancar		Σ	%
		Σ	%	Σ	%	Σ	%
(Pre- Test)		0	0	16	100	1 6	100
Metode	Pemberian buah kurma						
(Post- Test)		1 2	75	4	25	1 6	100
<i>P_Value</i> : 0,001						α : 0,05	
Negatve Rank: 0							
Positif Rank: 12							
Ties: 4							

Berdasarkan hasil analisa melalui uji *wilcoxon* pada tabel *rank* didapatkan *Negative Rank* : 0 maka berarti tidak yang mengalami penurunan produksi ASI, *Positive Rank* : 12 maka berarti 12 responden yang mengalami perubahan produksi ASI menjadi lancar, *Ties* : 4 maka berarti ada 4 responden yang skor produksi ASInya tidak mengalami perubahan. Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji Wilcoxon didapatkan nilai ρ value 0,001 dimana nilai $\rho < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini berarti ada pengaruh penggunaan Buah Kurma terhadap Produksi ASI di Kelurahan Semampir Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Tahun 2021.

6. Analisis Pengaruh Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Oksitosin

Tabel 6 Analisis Pengaruh Produksi ASI Pada Ibu menyusui 0-6 bulan sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Oksitosin

Perbedaan	Kategori				Total	
	Lancar		Tidak lancar		Σ	%
	Σ	%	Σ	%		
(pre-test)	0	0	16	100	16	100
Metode Pijat oksitosin (post-test)	16	100	0	0	16	100
<i>P_Value</i> : 0,000			α : 0,05			
Negatve Rank: 0						
Positife Rank: 16						
Ties: 0						

Berdasarkan hasil analisa melalui uji *wilcoxon* pada tabel *rank* didapatkan *negative rank* : 0 dan *Ties*: 0 maka tidak ada yang mengalami penurunan produksi ASI dan juga tidak ada yang produksi ASInya sama sebelum dan sesudah pijat oksitosin. *Positive rank* : 16 maka berarti peningkatan produksi ASI dari tidak lancar ke lancar sebanyak 16 responden *P_value* : 0,000 dimana nilai $p < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini berarti ada pengaruh penggunaan Pijat Oksitosin terhadap produksi ASI di Wilayah Kerja Kelurahan Semampir Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Tahun 2021.

7. Analisis Perbedaan Efektifitas produksi ASI Sesudah Diberikan Buah Kurma Dan Pijat Oksitosin

Tabel 7 Analisis Perbedaan Efektifitas produksi ASI Sesudah Dilakukan Pemberian Buah Kurma Dan Pijat Oksitosin.

Perbedaan	Kategori				Total	
	Lancar		Tidak lancar		Σ	%
	Σ	%	Σ	%		
Pemberian buah kurma (post-test)	12	75	4	25	16	100
Metode Pijat Oksitosin (post-test)	16	100	0	0	16	100
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i> : 0,000			α : 0,05			

Berdasarkan hasil analisa melalui uji *mann whitney* nilai U sebesar 24 nilai W sebesar 160 dan nilai Z -4,605 sedangkan nilai Sig atau ρ value didapatkan *Asymp. Sig. (2-tailed)* : 0,000 dimana nilai $\rho < 0,05$ maka H_0 diterima dan H_1 ditolak. Hal ini berarti menunjukkan ada perbedaan efektifitas penggunaan buah kurma dengan pijat oksitosin, lebih efektif pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI di Wilayah Kerja Kelurahan Semampir Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Tahun 2021.

Pembahasan

Berdasarkan tabel. 1 dapat diinterpretasikan bahwa Karakteristik responden Sebelum diberikan buah kurma yang mengalami produksi ASI tidak lancar yaitu 16 responden (100%).

ASI adalah suatu emulsi lemak dalam protein, laktosa dan garam organik yang disekresi oleh kedua belah kelenjar payudara ibu, sebagai makanan utama bagi bayi. ASI dihasilkan oleh kelenjar payudara wanita melalui proses laktasi keluarnya air susu terjadi sekitar hari ketiga setelah bayi lahir dan kemudian terjadi peningkatan aliran susu yang cepat pada minggu pertama meskipun kadang agak tertunda sampai beberapa hari (Weni Kritiansari, 2009).

Faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI diantaranya sebagai berikut: frekuensi menyusui, berat badan lahir, umur kehamilan saat melahirkan, usia dan paritas, stress dan penyakit akut, konsumsi rokok, konsumsi alkohol, pil kontrasepsi, serta aspek gizi (Proverawati, 2010)

Berdasarkan data pada tabel 5.1 didapatkan bahwa umur responden yang menggunakan pemberian buah kurma (68,8%) berumur 20-53 tahun yaitu sebanyak 11 responden.

Makin tua umur seseorang makin mudah dan mampu menggunakan penalarannya dalam memperoleh pengetahuannya (Notoatmodjo, 2012).

Semakin cukup umur maka tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Pada masa ini diharapkan telah mampu untuk memecahkan masalah-masalah yang dihadapi dengan tenang secara emosional, terutama dalam menghadapi kehamilan, persalinan, nifas dan merawat bayinya nanti.

Berdasarkan tabel 2 dapat diinterpretasikan bahwa Karakteristik responden Sesudah dilakukan pemberian buah kurma yang produksi ASI nya lancar yaitu 12 responden (75%) dan produksi ASI nya Tidak lancar yaitu sebanyak 4 responden (25%).

Kurma ajwa/kurma nabi adalah salah satu jenis kurma yang berasal dari madinah, dikenal sebagai kurma hijaz yang terbaik dari seluruh jenisnya, kurma ajwa ini pun menjadi jenis kurma yang paling disukai oleh nabi (Humairoarrabi, 2014).

Dalam buah kurma ajwa mengandung banyak protein, serat, gula, vitamin A, vitamin C serta mineral berupa zat besi, kalsium, sodium dan potassium. Kandungan protein yang ada di dalam buah kurma yaitu sebesar 1.8-2.0%, sedangkan serat sebanyak 2.0-4.0% dan gula sebesar 50-70% glukosa.(Humairoarrabi, 2014)

Dalam 100 gram buah kurma Ajwa mengandung sumber vitamin C dan energy sebesar 230 kcal (960 Kj), vitamin 90 IU, Tiamin 93 mg, riboflavin 114 mg, niasin 2 mg dan kalium 667 mg(Marton, 2011)

Penelitian ini menunjukkan adanya perubahan pada produksi ASI ibu setelah pemberian buah kurma. Pemberian buah kurma 200 gram selama 7 hari diharapkan dapat menambah kalori sebesar kkal dari total penambahan kalori yang dibutuhkan ibu menyusui sebesar 500-800 kkal, dan zat gizi lainnya yang terkandung dalam buah kurma yang dibutuhkan ibu menyusui mengkonsumsi buah kurma dilakukan selama 7 hari, hali ini dilakukan untuk mengetahui kenaikan berat badan bayi, kebanyakan kenaikan berat badan bayi setelah pemberian buah kurma adalah 300-600 gram. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian buah kurma pada ibu menyusui dapat meningkatkan produksi ASI.

Responden dengan produksi ASI yang tidak lancar sebelum diberikan buah kurma terlihat lebih rileks dan ASI nya keluar dengan lancar. Responden melaporkan merasa sangat lega dengan lancarnya pengeluaran ASI dan merasakan adanya perbedaan antara produksi ASI sebelum diberikan buah kurma dan sesudah diberikan buah kurma. Hal ini dikarenakan dalam kurma terdapat hormon yang mirip dengan *oksitosin* yaitu *hormon potuchin*, bekerja untuk merangsang

otot polos dinding rahim. Serat-serat pembuluh darah vena yang berada disekitar saluran susu di payudara juga mengalami kontraksi, sehingga menjadikan derasnya air susu ketika saluran ini beserta air susu yang dikandungnya mengalami kontraksi. Untuk ibu menyusui dianjurkan mengkonsumsi buah kurma sebanyak 9,3 gram setiap hari tepatnya pada pagi, siang, malam sesudah makan.

Berdasarkan tabel 3 dapat diinterpretasikan bahwa Karakteristik responden Sebelum dilakukan pijat oksitosin yang memproduksi ASInya tidak lancar yaitu sebanyak 16 orang (100%)

Ada beberapa penyebab ibu tidak memberikan ASI kepada bayinya secara eksklusif misalnya ibu bekerja, faktor fisik (kelainan endokrin, jaringan payudara hipoplastik, usia, nutrisi), faktor reflek dan hormon (prolaktin dan oksitosin) juga memegang peranan penting dalam laktasi, faktor psikologis (stress, kacau, marah, sedih, kurangnya dukungan dan perhatian keluarga, faktor sosial budaya (memasarkan susu formula), faktor ketidak mengertinya ibu tentang kolostrum, ibu beranggapan ASI ibu kurang atau tidak memiliki cukup ASI, merasa ketinggalan jaman (Baskoro, 2010).

Ibu menyusui mungkin saja terjadi hambatan dalam proses menyusui karena ASI nya tidak lancar keluar, sehingga menyebabkan ibu menjadi stress. Stress atau ketidakpercayaan diri pada ibu yang tidak yakin bisa memberikan ASI pada bayinya menyebabkan penurunan produksi hormone oksitosin terhambat,

Berdasarkan tabel 4 dapat diinterpretasikan bahwa karakteristik responden Sesudah dilakukan pijat oksitosin seluruh responden (100%) produksi ASInya lancar.

Menurut Roesli (2008) pijat oksitosin yaitu pemijatan sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima atau keenam akan memberikan rasa nyaman dan rileks pada ibu setelah mengalami proses persalinan sehingga sekresi hormone prolaktin dan oksitosin tidak terhambat. Hormone oksitosin ini yang akan merangsang miopitel payudara untuk berkontraksi sehingga ASI akan dikeluarkan dengan lancar. Pendapat ini juga diperkuat dengan pendapat Pace (2009) pijat oksitosin mempengaruhi system saraf perifer, meningkatkan rangsangan dan konduksi impuls saraf, melemahkan dan menghentikan rasa sakit

serta meningkatkan aliran darah ke jaringan dan organ. Disamping itu membuat otot menjadi fleksibel dan memberikan efek terapi dan santai sehingga ibu merasa nyaman dan rileks.

Responden yang produksi ASInya tidak lancar menyatakan mereka minum obat atau jamu untuk memperlancar produksi ASI. Untuk itu perlu adanya alternatif lain yang berfungsi untuk mengatasi kurangnya produksi ASI. Setelah dilakukannya pijat oksitosin selama 2-3 menit, terbukti sebagian besar responden melaporkan adanya perubahan dalam tingkat produksi ASI. Hal ini dikarenakan pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidak cukupnya ASI. Disamping itu pijat oksitosin membuat otot menjadi fleksibel dan memberikan efek terapi dan santai sehingga ibu merasa nyaman dan rileks. Sehingga pemberian efek rileks akan memberikan manfaat dalam masa laktasi terutama pada ibu yang produksi ASInya tidak lancar.

Berdasarkan hasil analisa melalui uji *wilcoxon* menunjukkan pengaruh penggunaan buah kurma terhadap produksi ASI ibu menyusui 0-6 bulan di Kelurahan Semampir Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Tahun 2021. Jadi terdapat perubahan antara sebelum dan sesudah diberikan buah kurma terhadap produksi ASI. kurma terdapat hormon yang mirip dengan *oksitosin* yaitu *hormon potuchin*, bekerja untuk merangsang otot polos dinding rahim.

Berdasarkan hasil analisa melalui uji *wilcoxon* menunjukkan ada pengaruh penggunaan Pijat Oksitosin terhadap produksi ASI di Wilayah Kerja Kelurahan Semampir Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Tahun 2021. maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini berarti ada perbedaan efektifitas penggunaan Pijat Oksitosin terhadap produksi ASI ibu menyusui 0-6 bulan. Jadi terdapat perubahan antara sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin terhadap produksi ASI.

Berdasarkan hasil analisa melalui uji *mann whitney* menunjukkan ada perbedaan efektifitas penggunaan buah kurma dengan pijat oksitosin terhadap produksi ASI di Wilayah Kerja Kelurahan Semampir Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Tahun 2021. Jadi pemberian buah kurma dan pijat oksitosin lebih efektif pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI. Hal ini dapat dilihat dari perubahan produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan buah kurma dan

perubahan produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan Pijat Oksitosin pada data khusus.

Simpulan

1. Produksi ASI ibu menyusui 0-6 bulan sebelum mengkonsumsi buah kurma seluruh responden ASI tidak lancar.
2. Produksi ASI ibu menyusui 0-6 bulan sesudah mengkonsumsi buah kurma sebagian besar responden ASI lancar.
3. Produksi ASI ibu menyusui 0-6 bulan sebelum dilakukan Pijat Oksitosin seluruh responden ASInya tidak lancar.
4. Produksi ASI ibu menyusui 0-6 bulan sesudah dilakukan pijat oksitosin seluruh responden ASInya lancar.
5. Ada pengaruh produksi ASI antara sebelum dan sesudah mengkonsumsi buah kurma
6. Ada pengaruh produksi ASI antara sebelum dan sesudah dilakukan Pijat Oksitosin.
7. Pijat oksitosin lebih efektif dari pada buah kurma dalam meningkatkan produksi ASI.

Saran

Buah Kurma dan Pijat Oksitosin dapat dijadikan alternatif untuk meningkatkan produksi ASI

Daftar Pustaka

- Ambarwati, E.R. 2010. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Anggraini, Yetti. 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas* . Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- Ariani, A.P. 2014. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kebidanan Dan Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Nusa Medika..
- Cahyo, N. 2011. *Sejuta Khasiat Ajaib Susu Unta & sari Kurma*. Yogyakarta : Sabil.

- Dewi, Vivian dan Tri Sunarsih. 2011. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jakarta, Selamba Medika.
- Fikawati, Sandra; dkk. 2015. *Gizi Ibu dan Bayi*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada
- Hesty Widiasih, 2009. *Perawatan Masa Nifas*. Yogyakarta. Fitramaya
- Notoatmojdo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta
- Nurismaeni, 2015. Hubungan Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran Asi Di Wilayah Kerja Puskesmas Raja Basa Indah Bandar Lampung Tahun 2015. . *Jurnal Kebidanan Vol 1, No 2, Juli 2015: 91-97*
- Nursalam. 2011. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Sari, E.P. 2014. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Jakarta : Trans Info Media
- Sarwono. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Sri Mukhodim, Yanik Puwanti. 2015. Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI. *Jurnal Kebidanan Midwifery Vol 1 No 1. Hal 1-7*
- Suryani, E., & Astuti, E. W. (2013). pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi asi ibu post partum. *jurnal terpadu ilmu kesehatan* , 41-155.
- Suyanti, Satuhu. 2010. *Khasiat Kurma Dan Olahannya*. Jakarta. Penebar Swadaya.
- Ummah, F. (2014). pijat oksitosin untuk mempercepat pengeluaran ASI pada ibu pasca salin normal. *jurnal kesehatan* , 18.
- Walyani, E. S. 2015. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Yoyakarta: Pustaka Baru Press
- Wiji, R.N. 2013. *Asi dan panduan ibu menyusui*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Morton, J. 2011. *In: Fruits of warm climates*. Julia F. Morton. Miami, FL.-Purdue University. Center for New Crops and Plants Products.