

**Gambaran Karakteristik Ibu Menyusui Yang Melaksanakan Pijat Oksitosin  
Untuk Meningkatkan Kelancaran Produksi ASI di Puskesmas Sukosewu  
Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro Tahun 2025**

*Characteristics of breastfeeding mothers who received oxytocin massage to increase breast milk  
production at the Sukosewu Community Health Center, Sukosewu District, Bojonegoro Regency, 2025*

Nur Azizah<sup>1</sup>, Susela Nurizna<sup>2</sup>, Suci Arsitasari<sup>3</sup>, Fidrotin Azizah<sup>4</sup>  
[nur.azizah@rajekwesi.ac.id](mailto:nur.azizah@rajekwesi.ac.id)

<sup>1,2,3,4</sup> Sarjana Kebidanan dan Pendidikan profesi Bidan STIKes Rajekwesi Bojonegoro

**ABSTRAK**

Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima dan keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan pijat ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks pengeluaran ASI. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran karakteristik ibu menyusui yang melakukan pijatan oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Sukosewu, Kecamatan Sukosewu, Kabupaten Bojonegoro

Metode penelitian yang digunakan adalah rancangan penelitian diskriptif responden adalah ibu menyusui baduta usia 0-2 tahun di Puskesmas Sukosewu sebanyak 25 orang dengan tehnik sampling adalah *total sampling*, dengan Variabel yaitu karakteristik ibu menyusui yang melakukan pijat oksitosin. Pengumpulan data pada variabel yaitu dengan menggunakan kuesioner dan untuk pelaksanaan pijat oksitosin menggunakan lembar observasi. Analisis data dilakukan dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi untuk mengetahui gambaran karakteristik ibu post partum dengan pijat oksitosin terdiri dari karakteristik responden berdasarkan umur, pendidikan dan pekerjaan dan riwayat paritas..

Kesimpulan penelitian bahwa karakteristik responden yang melakukan pijat oksitosin untuk kelancaran produksi ASI antar lain memiliki rentang usia 20-35 tahun, sebagian besar tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga, memiliki pendidikan SMA dan pernah melahirkan sebelumnya sehingga memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

Kata kunci : Ibu menyusui , Karakteristik, Pijat Oksitosin

**ABSTRACT**

*Oxytocin massage is a massage along the spine (vertebrae) to the fifth and sixth ribs. It is an attempt to stimulate the hormones prolactin and oxytocin after childbirth. This massage is performed to stimulate the oxytocin reflex, or milk ejection reflex. The purpose of this study was to determine the characteristics of breastfeeding mothers who received oxytocin massage to increase breast milk production at the Sukosewu Community Health Center, Sukosewu District, Bojonegoro Regency.*

*The research method used was a descriptive study design. Respondents were 25 breastfeeding mothers of toddlers aged 0-2 years at the Sukosewu Community Health Center. The sampling technique was total sampling. The variables were the characteristics of breastfeeding mothers who received oxytocin massage. Data collection on the variables was carried out using a questionnaire, and for the implementation of oxytocin massage, an observation sheet was used. Data analysis was conducted using a frequency distribution table to describe the characteristics of postpartum mothers who received oxytocin massage, consisting of respondent characteristics based on age, education, occupation, and parity history.*

*The study concluded that the characteristics of respondents who received oxytocin massage to facilitate breast milk production included being in the 20-35 year age range, most of whom were unemployed or housewives, having a high school education, and having given birth previously, thus having high self-confidence.*

**Keyword :** Breastfeeding Mothers, Characteristics, Oxytocin Massage

## Pendahuluan

ASI adalah makanan pertama yang alami untuk bayi, yang paling penting terutama pada bulan-bulan pertama kehidupan bayi. Banyak masalah muncul di hari-hari pertama pemberian ASI seperti ASI yang tidak keluar atau produksi ASI kurang sehingga mengakibatkan bayi tidak akan mendapatkan ASI yang memadai menurut (Amir, Hasneli and Erika, 2020). Beberapa faktor yang mempengaruhi kegagalan ASI Eksklusif karena faktor internal yaitu kondisi bayi (BBLR, trauma persalinan, infeksi, kelainan kongenital, bayi kembar) dan kondisi ibu (pembengkakan, abses payudara, ibu kurang gizi, mengidap penyakit menular) (Brown, 20022). Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidak cukupnya ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang costae kelima dan keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan (Nufus, 2019). Air Susu Ibu merupakan makanan alami pertama untuk bayi, mengandung semua energi dan nutrisi yang dibutuhkan bayi dalam bulan pertama kehidupan pendapat (Mutmainnah, 2021). UNICEF dan WHA (*World Health Assembly*) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan. Kendala yang mengakibatkan ibu berhenti menyusui yaitu ASI tidak mau keluar atau produksinya kurang lancar sehingga ibu beranggapan bahwa ASInya tidak cukup kata (Vebyarti and Bahar, 2023).

Data Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2020 dari target capaian 80% capaian ASI eksklusif yaitu 41 %, angka ini masih rendah sedangkan dari dinas kesehatan provinsi Bojonegoro, cakupan pemberian ASI eksklusif hanya sekitar 54,3% (Kemenkes RI, 2020). Berdasarkan data profil kesehatan Jawa timur tahun 2020 menunjukkan cakupan ASI Eksklusif sebesar 61,7% meskipun capaian ini rendah namun dibandingkan tahun 2014 terdapat peningkatan yaitu sebesar 60,8 %. Sedangkan di Bojonegoro Cakupan ASI Eksklusif berdasarkan profil Kesehatan tahun 2020 Sebesar 43,3 % . dimana target cakupannya 50 %, Hal ini menunjukkan bahwa capaian cakupan ASI Eksklusif masih kurang, angka capaian cakupan ASI Eksklusif di Puskesmas Sukosewu sebesar 46,2 % , angka ini lebih rendah di bandingkan dengan target, Hal ini di sebabkan oleh beberapa hal antara lain adalah faktor usia ibu, pengaruh dukungan keluarga, pekerjaan rumah tangga, pengetahuan ibu, dukungan tenaga kesehatan dan proses IMD, (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur (2021), 2021).

Pijat oksitosin bisa melancarkan produksi asi. ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi refleks oksitosin, yaitu pikiran, perasaan dan emosi ibu. Pelepasan oksitosin dapat dihambat atau ditingkatkan oleh perasaan ibu. Hormon oksitosin akan menyebabkan sel-sel otot yang mengelilingi saluran penghasil susu mengerut atau berkontraksi sehingga ASI terdorong keluar dari saluran penghasil susu dan mengalir siap untuk dihisap oleh bayi, jika ibu memiliki pikiran, perasaan dan emosi yang kuat, kemungkinan besar akan menekan, refleks oksitosin dalam menghambat dan mengurangi produksi ASI. Tentunya salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan pijat oksitosin. (Riksani & Pudjiadi (2019)

Pijat Oksitosin dilakukan untuk merangsang Reflek Oksitosin atau *refleks let down*. Pijat Oksitosin ini dilakukan dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang, sehingga diharapkan dengan dilakukannya pemijatan tulang belakang, ibu akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan segera hilang, jika ibu dalam kondisi rileks dan tidak kelelahan dapat membantu pengeluaran Hormon Oksitosin. Pijatan pada tulang belakang, *neurotransmitter* akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke *hypothalamus* di *hypofise posterior* untuk mengeluarkan Oksitosin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya , pijat oksitosin efektif dilakukan pada hari pertama dan kedua post-partum, karena pada kedua hari tersebut ASI belum diproduksi cukup banyak. “Pijat Oksitosin bisa dilakukan kapanpun ibu mau dengan durasi  $\pm$  15 menit, lebih disarankan dilakukan sebelum menyusui atau memerah ASI. Sehingga untuk mendapatkan jumlah ASI yang optimal dan baik, sebaiknya Pijat Oksitosin dilakukan setiap hari dengan durasi  $\pm$ 15 menit,” (Uswah, 2022).

Perilaku adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar, sedangkan perilaku kesehatan adalah respon seseorang terhadap stimulus atau obyek yang berkaitan dengan sehat dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan dan minuman serta lingkungan yang sehat (Wijayanti and Setyaningsih, 2019). Beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya perilaku seseorang antara lain pengetahuan, sikap, keyakinan, kepercayaan, nilai-nilai dan tradisi; faktor pemungkin (*enabling factors*), yaitu faktor yang memungkinkan atau yang memfasilitasi perilaku atau tindakan antara lain umur, status sosial ekonomi, pendidikan, prasarana dan sarana serta sumber daya.; dan faktor pendorong atau penguat (*reinforcing factors*), faktor yang mendorong atau memperkuat terjadinya perilaku misalnya dengan adanya contoh dari para tokoh masyarakat yang menjadi panutan. (Wijayanti and Setyaningsih, 2019)

Dalam upaya meningkatkan perilaku pijat oksitosin agar terealisasi dengan baik, maka tenaga kesehatan (bidan) dalam memenuhi kecukupan ASI pada ibu menyusui salah satunya dengan memberikan KIE dan

pelatihan tentang pijat oksitosin kepada ibu menyusui untuk kelancaran produksi ASI serta tentang nutrisi selama menyusui (Indrayani and Anggita, 2019).

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik, untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran karakteristik ibu menyusui yang melaksanakan pijat oksitosin untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI di Puskesmas Sukosewu Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro”. untuk melihat bagaimana gambaran karakteristik ibu menyusui yang melakukan pijat oksitosin.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian diskriptif yaitu penelitian yang berfokus pada pengumpulan data dan penyajian informasi tentang karakteristik, sifat-sifat, atau aspek-aspek tertentu dari suatu fenomena, responden adalah ibu menyusui baduta usia 0-2 tahun di Puskesmas Sukosewu sebanyak 25 orang dengan tehnik sampling adalah *total sampling*, dengan

Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal yaitu karakteristik ibu menyusui yang melakukan pijat oksitosin. Pengumpulan data pada variabel yaitu dengan menggunakan kuesioner dan untuk pelaksanaan pijat oksitosin menggunakan lembar observasi. Pengolahan data melalui *Editing, coding, Scoring* dan Penyusunan data (*Tabulating*). Analisis data dilakukan dengan menggunakan distribusi frekuensi untuk mengetahui gambaran karakteristik ibu post partum dengan pijat oksitosin terdiri dari karakteristik responden berdasarkan umur, pendidikan dan pekerjaan dan riwayat paritas.

### **Hasil dan Pembahasan**

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat untuk mengetahui karakteristik ibu menyusui berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan riwayat paritas

a. Karakteristik umur responden

Karakteristik responden ibu menyusui berdasarkan umur dapat dilihat pada tabel 1 dibawah ini

Tabel 1 Karakteristik Umur Responden

No	Kelompok umur	Jumlah	%
1.	< 20 tahun	0	0
2.	20-35 tahun	18	72, 0
3.	> 35 tahun	7	28, 0
	Jumlah	25	100

Data primer penelitian Tahun 2025

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik umur responden sebagian besar berumur 20-35 tahun yaitu 18 responden (72%). dan hampir setengahnya berumur >35 tahun yaitu 7 responden (28%)

b. Karakteristik pendidikan responden

Karakteristik responden ibu menyusui berdasarkan pendidikan dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini

Tabel 2 Karakteristik Pendidikan Responden

No	Kelompok Pendidikan	Jumlah	%
1.	SD	0	0
2.	SMP	4	16, 0
3.	SMA	13	52, 0
4.	Perguruan Tinggi +	8	32, 0
	Jumlah	25	100

Data primer penelitian Tahun 2025

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa karakteristik pendidikan responden yaitu lebih dari setengahnya responden berpendidikan SMA sejumlah 13 orang (52,0%), dan yang Perguruan Tinggi berjumlah 8 orang (32,0%).

c. Karakteristik pekerjaan responden

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan dapat dilihat pada tabel 3 dibawah ini

Tabel 3 Karakteristik Pekerjaan Responden

No	Kelompok pekerjaan	Jumlah	%
1.	IRT	16	64, 0
2.	Pedagang	1	4, 0
3.	Karyawan	8	32, 0
	Jumlah	25	100

Data primer penelitian Tahun 2025

Berdasarkan tabel 3 di atas dari 25 responden penelitian adalah yang sebagian besar tidak bekerja yaitu sebagai IRT berjumlah 16 orang (64,0%), Sebagian kecil yang memiliki pekerjaan sebagai Pedagang berjumlah 1 orang (4 %)

d. Karakteristik Riwayat paritas responden

Karakteristik responden berdasarkan riwayat paritas dapat dilihat pada tabel 4 dibawah ini

Tabel 4 Karakteristik Riwayat Paritas Responden

No	Kelompok Riwayat Paritas	Jumlah	%
1.	Primipara	10	40, 0
2.	Multipara	15	60, 0
3.	Grandemultipara	0	0
	Jumlah	25	100

Data primer penelitian Tahun 2025

Berdasarkan tabel 4 di atas dari 25 responden penelitian adalah yang Riwayat paritas Primipara hampir setengahnya berjumlah 10 orang (40,0%), Riwayat Paritas Multipara sebagian besar berjumlah 15 orang (60,0%), dan tidak ada satupun yang memiliki riwayat paritas Grandemultipara.

## Pembahasan

Dari hasil penelitian dan teori serta penelitian yang ada, bahwa di Puskesmas sukosewu, di temukan bahwa sebagian besar sampel penelitian melakukan pijat oksitosin, hal ini bisa di sebabkan karena dari hasil kuesioner diketahui bahwa Sebagian besar sampel memiliki Pendidikan tingkat menengah atas dan perguruan tinggi. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi salah satu faktor yang mempengaruhi kelancaran Produksi ASI. Pendidikan berpengaruh terhadap pengetahuan yang dimiliki seseorang, Dimana seseorang yang memiliki Pendidikan tinggi diharapkan memiliki wacana, pengetahuan yang baik sehingga terbentuk sikap dan perilaku yang positif. Menurut Notoatmodjo (2015), semakin tinggi Pendidikan seseorang, maka orang tersebut semakin mudah menerima informasi sehingga meningkat pengetahuannya. peneliti berasumsi bahwa semakin tinggi pengetahuan ibu tentang pijat oksitosin maka semakin besar kemungkinan untuk memberikan ASI eksklusif. Hal tersebut disebabkan karena pengetahuan ibu juga dipengaruhi oleh pengalaman dan informasi yang didapat oleh ibu tentang pijat oksitosin. Pengetahuan yang baik dihasilkan dari banyaknya sumber informasi yang diterima oleh ibu, seperti mengikuti penyuluhan atau pendidikan kesehatan yang diberikan oleh tenaga kesehatan (Sari, 2023)

Ibu dengan status Pendidikan menengah sampai tinggi mampu menerima informasi baru serta dapat menerima perubahan untuk meningkatkan kesehatan dalam hal ini adalah tentang menyusui. Mereka memiliki motivasi untuk mencari informasi sehingga meningkatkan pengetahuan dan pemahaman yang tinggi diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan kemampuan dalam manajemen diri dan waktu serta manajemen laktasi sehingga produksi ASI lancar dan mampu memaksimalkan pemberian ASI eksklusif.

Selanjutnya diketahui fakta bahwa Sebagian besar responden tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga dapat menjadi yang mempengaruhi produksi ASI Status pekerjaan responden menunjukkan mayoritas responden tidak bekerja. Pekerjaan ibu erat kaitannya dengan ketersediaan waktu ibu untuk bersama dengan bayinya, ibu tidak bekerja memiliki waktu luang lebih banyak bersama bayinya. Riksani (2011) menyatakan bahwa ibu rumah tangga memiliki cukup waktu untuk istirahat, sehingga ibu tidak terlalu lelah dan akan memengaruhi pelepasan hormon oksitosin dan prolactin yang memperlancar produksi dan pengeluaran ASI. Namun disisi lain meskipun ibu tidak bekerja, setiap hari Ibu melakukan kegiatan keseharian sebagai ibu rumah tangga yang *multy task*. Tugas seorang ibu rumah tangga sangat banyak diantaranya yaitu memasak, mencuci, mengurus anak dan suami. Hal ini terkait beban kerja berlebihan, Apabila tidak ada dukungan atau support dari suami dan keluarga, pekerjaan yang bertumpuk dapat menimbulkan kelelahan atau letih dan stress pada ibu yang memicu penurunan produksi ASI. Ibu yang mengalami stres maka akan terjadi blokade dari refleks letdown. Hal ini disebabkan karena adanya pelepasan dari *adrenalin (epinefrin)* yang menyebabkan *vasokonstriksi* pembuluh darah *alveoli* sehingga akan menghambat produksi oksitosin yang berpengaruh terhadap kelancaran pengeluaran ASI (Soetjiningsih, 2014; Hardiani, 2017).

Ibu yang memiliki anak memiliki proporsi produksi ASI yang lebih tinggi dibandingkan ibu yang belum pernah memiliki anak. Ibu yang memiliki anak menunjukkan produksi ASI yang lebih banyak dibandingkan ibu yang tidak pernah memiliki anak. Pada hari keempat pascapersalinan. Peningkatan jumlah paritas menyebabkan perubahan produksi ASI, meskipun tidak signifikan. Produksi ASI pada anak pertama adalah 580 ml / 24 jam. Anak kedua 654 ml / 24 jam; anak ketiga 602 ml / 24 jam; anak keempat 600 ml / 24 jam; anak kelima adalah 506 ml / 24 jam. (Marifah and Suryantini, 2021)

Ibu yang pernah menyusui memiliki hubungan yang positif dengan pemberian ASI, Seorang ibu yang berhasil menyusui pada persalinan sebelumnya akan merasa lebih nyaman dan percaya diri untuk menyusui pada persalinan berikutnya. Bagi seorang ibu yang pernah melahirkan, kolostrum akan keluar lebih cepat, dan jumlahnya lebih banyak dibandingkan yang belum atau yang baru pertama kali melahirkan dan Selama menyusui sebelumnya, pengalaman dan keyakinan ibu akan mempengaruhi perilaku ibu dalam proses menyusui selanjutnya. Jika ibu berhasil menyusui anak pertama, maka ibu akan lebih percaya diri saat menyusui anak kedua. Keyakinan ibu ini bisa merangsang keluarnya hormon oksitosin sehingga ASI bisa keluar dengan lancar (Marifah and Suryantini, 2021)

### **Kesimpulan Dan Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Gambaran karakteristik ibu menyusui yang melaksanakan pijat oksitosin untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI di Puskesmas Sukosewu Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro tahun 2025, maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik responden yang melakukan pijat oksitosin untuk kelancaran produksi ASI antar lain memiliki rentang usia 20-35 tahun, sebagian besar tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga, memiliki pendidikan SMA dan pernah melahirkan sebelumnya sehingga memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

## Daftar Pustaka

- Amir, Y., Hasneli, Y. and Erika (2020) 'Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Terhadap Tumbuh Kembang Bayi', *Jurnal Ners Indonesia*, Vol. 1(No. 1), pp. 90–98.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur (2021) (2021) 'Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2021, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur'.
- Indrayani, T. and Anggita, P.H. (2019) 'Pengaruh Pijat Oksitosin dan Pijat Payudara terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum di RB Citra Lestari Kecamatan Bojonggede Kota Bogor Tahun 2018', *Journal for Quality in Women's Health*, 2(1), pp. 65–73. Available at: <https://doi.org/10.30994/jqwh.v1i2.30>.
- Kemenkes RI (2020) 'Indikator Program Kesehatan Masyarakat dalam RPJMN dan Rentra Kementerian Kesehatan 2020-2024', *Katalog Dalam Terbitan. Kementerian Kesehatan RI*, pp. 1–99.
- Marifah, A. and Suryantini, N.P. (2021) 'Efektifitas Pijat Oksitosin Dan Pijat Payudara Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum', *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(2), pp. 131–138. Available at: <https://doi.org/10.48144/jiks.v14i2.813>.
- Mutmainnah, H.N.F. (2021) 'Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Post Partum Di Ruangan Kasuari Rsu Anutapura Palu', *Pustaka Katulistiwa*, 2 (2), pp. 1–9.
- Nufus, H. (2019) 'Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi', *Jurnal Borneo Cendekia*, 3(2), pp. 223–227. Available at: <https://doi.org/10.54411/jbc.v3i2.217>.
- Sari, S.K. (2023) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Pengeluaran Asi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjungpandan Tahun 2023', *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 11(4), p. 352. Available at: <https://doi.org/10.24843/coping.2023.v11.i04.p13>.
- Uswah (2022) 'Mengapa Pija Oksitosin Bisa Lancarkan Produksi ASI? Ini Penjelasan Dosen UM Surabaya', *Universias Muhammadiyah Surabaya*, pp. 1–4.
- Vebyarti and Bahar, H. (2023) 'Study of Exclusive Breastfeeding Behavior for Toddlers aged 7-24 months Studi Perilaku Pemberian Asi Eksklusif balita umur 7-24 bulan', *Community Research of Epidemiology Journal*, 3(2). Available at: <https://doi.org/10.24252/corejournal.v>.
- Wijayanti, T. and Setyaningsih, A. (2019) 'Gambaran Karakteristik Ibu Post Partum Dengan Pijat Oksitosin Di Bpm Ngudi Raharjo Cepogo', *Jurnal Kebidanan*, 11(02), p. 179. Available at: <https://doi.org/10.35872/jurkeb.v11i02.354>.