

# PENGARUH PIJAT OKETANI TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI RUMAH SAKIT DR. R. HARDJANTO BALIKPAPAN

Ayu Viky Sundari<sup>1</sup>, Chandra Sulistyorini<sup>2</sup>

\*Penulis Korespondensi, Institut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada  
Samarinda, Jl. Kadrie Oening NO.77 Samarinda, Kalimantan Timur  
Telp/Fax: (0542) 727243 email: [ayuvikysundari91@gmail.com](mailto:ayuvikysundari91@gmail.com)

## Abstrak

**Latar Belakang:** Pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah ASI tidak segera keluar pada hari pertama pasca melahirkan. Salah satu upaya untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui yaitu dengan pijat Oketani. 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 Menyusui di Rumah Sakit dr. R. Hardjanto Balikpapan. **Metode Penelitian:** Rancangan penelitian *Quasi Eksperiment* dengan desain *pre and post test without control*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui di RS Dr. R. Hardjanto Balikpapan yang terdata periode bulan September sampai Oktober 2021 dengan sampel 26 responden menggunakan metode *nonprobability sampling* dengan teknik *total sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah lembar observasi dan SOP. Analisa data menggunakan uji *Wilcoxon*. **Hasil Penelitian:** Diperoleh analisa univariat Produksi ASI sebelum intervensi mean sebesar 1,557 ml, median sebesar 1,500 ml, SD sebesar 0,886, minimum sebesar 0,500 ml dan maksimum sebesar 3,500 ml sedangkan produksi ASI setelah intervensi mean sebesar 35,961 ml, median sebesar 35,000 ml, SD sebesar 5,295, minimum sebesar 30,000 ml dan maksimum sebesar 45,000 ml. Analisa bivariat diperoleh hasil uji *wilcoxon* nilai-p=0,000 dimana nilai-p  $\leq \alpha$  (0,05) sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Terdapat ada pengaruh pijat oketani terhadap peningkatan produksi ASI di RS Dr. R. Hardjanto Balikpapan. **Kesimpulan:** Pemberian pijat Oketani dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. **Saran:** Pijat Oketani dapat diterapkan pada ibu menyusui untuk meningkatkan produksi ASI.

**Keyword:** Pijat Oketani, Produksi ASI, Ibu Menyusui,

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Sarjana Kebidanan, ITKES Wiyata Husada Samarinda

<sup>2</sup>Dosen Program Studi Sarjana Kebidanan, ITKES Wiyata Husada Samarinda

### Abstract

**Background:** Exclusive breastfeeding is influenced by several circumstances, one of which is that breast milk does not come out immediately after giving birth. Oketani massage is one method for increasing milk production in breastfeeding women. Oketani massage can strengthen the pectoralis muscles, which can help the mammary glands grow and produce more milk. **Purposes:** To determine the effect of Oketani massage on increasing breast milk production in breastfeeding mothers at dr. R. Hardjanto Balikpapan. **Method:** Quasi-experimental study design with pre and post-test design without control. This study included all breastfeeding women at Dr R. Hardjanto Balikpapan Hospital between September and October 2021, utilizing a non-probability sampling method with a total sampling strategy. Observation sheets and standard operating procedures were utilized as measurement instruments. The Wilcoxon test was used to analyse data. **Result:** Breast milk production before intervention averaged 1.557 ml, median 1.500 ml, SD 0.886, minimum 0.500 ml, and maximum 3.500 ml, whereas milk production after intervention averaged 35.961 ml, median 35,000 ml, SD 5,295 ml, minimum 30,000 ml, and maximum 45,000 ml. Bivariate analysis revealed a p-value of 0.000 for the Wilcoxon test, whereas p-value (0.05) indicated that  $H_a$  was accepted and  $H_o$  was rejected. Oketani massage affected increasing milk production at Dr. Hospital. R. Hardjanto Balikpapan, **Conclusion:** Giving Oketani massage can increase milk production in breastfeeding mothers. **Suggestion:** Oketani massage can be applied to nursing mothers to increase breast milk production.

**Keywords:** Oketani Massage, Breast Milk Production, Breastfeeding Mothers.

<sup>1</sup>Student of Midwifery Study Program of Institute of Health Technology and Science Wiyata Husada Samarinda

<sup>2</sup>Lecturer of Midwifery Study Program of Institute of Health Technology and Science Wiyata Husada Samarinda

## PENDAHULUAN

Target pemberian ASI eksklusif secara nasional yaitu sebesar 80% (Kemkes, 2018 dalam Ramli 2020). Secara nasional cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2019 adalah sebesar 67,74%. Cakupan ASI eksklusif tertinggi pada provinsi NTB sebesar 86,26% dan terendah dibawah 50% yaitu provinsi Papua Barat sebesar 41,12%, Papua sebesar 41,42% dan Maluku sebesar 43,35%. Sementara provinsi Kalimantan Timur sebesar 78,53% (Kemenkes, 2019).

Cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi di kabupaten / kota provinsi Kalimantan Timur yaitu persentase tertinggi pada kota Bontang sebesar 96,8%, sedangkan persentase terendah pada kota Kutai Barat sebesar 66,5%. Pada ibu kota provinsi Kalimantan Timur yaitu kota Samarinda sebesar 81,4% dan kota Balikpapan sebesar 78,7% (Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur, 2020). Cakupan ASI eksklusif pada kota Balikpapan tahun 2017 sebesar 75,09%, tahun 2018 sebesar 75,65% dan tahun 2019 sebesar 78,74 %, (Dinas Kesehatan Kota Balikpapan, 2019). Cakupan ASI eksklusif di Rumah Sakit dr. R. Hardjanto Balikpapan pada tahun 2019 sebesar 69,40% mengalami peningkatan pada tahun 2020 sebesar 70,67% tetapi belum memenuhi target pemberian ASI

eksklusif secara nasional yaitu sebesar 80%.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti bulan Mei 2021 pada ibu nifas yang menyusui di Rumah Sakit dr. R. Hardjanto Balikpapan, dari 10 ibu nifas 4 diantaranya produksi ASI banyak yaitu sebanyak 3 orang lahir spontan dimana 1 orang melahirkan anak ketiga, 1 orang melahirkan anak kedua dan 1 orang melahirkan anak pertama dan 1 orang lahir operasi caesar melahirkan anak pertama, sedangkan 6 diantaranya produksi ASI sedikit yaitu 4 orang lahir spontan dimana 3 orang melahirkan anak pertama dan 1 orang melahirkan anak kedua dan 2 orang lahir operasi caesar melahirkan anak pertama.

ASI adalah cairan kehidupan terbaik yang sangat dibutuhkan oleh bayi. Produksi ASI dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik yang langsung misalnya, perilaku menyusui, psikologis ibu, fisiologis ibu, ataupun yang tidak langsung misalnya, sosial kultural dan bayi, yang akan berpengaruh terhadap psikologis ibu. (Yasni, 2020). Upaya meningkatkan produksi ASI adalah dengan meningkatkan hormon perangsang ASI yaitu hormon prolaktin dan oksitosin. Pijat laktasi merupakan teknik pemijatan pada area leher, punggung dan payudara yang bertujuan untuk merangsang sel-sel saraf payudara mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin

menghasilkan ASI (Rini & Kumala, 2017). Beberapa pijat laktasi diantaranya yaitu pijat oksitosin, pijat oketani, pijat arugaan, teknik marmet (Macmudah, 2018 dalam Sari, V.P.U dan Syahda, 2020).

Pijat Oketani merupakan manajemen keterampilan untuk mengatasi masalah laktasi seperti produksi ASI yang tidak cukup atau kurang dan pembengkakan payudara (Macmudah, 2017). Pijat Oketani akan membuat ikatan ibu dan bayi meningkat baik secara fisik maupun secara mental (Astari & Machmudah, 2019).

Berdasarkan fenomena tersebut disertai dengan data penunjang, maka peneliti tertarik meneliti lebih lanjut dengan judul penelitian “Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Rumah Sakit dr. R. Hardjanto Balikpapan”.

## METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian *Quasi Eksperiment* dengan desain *pre and post test without control*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui di RS Dr. R. Hardjanto Balikpapan yang terdata periode bulan September sampai Oktober 2021 dengan sampel 26 responden menggunakan metode *non probability sampling* dengan teknik *total sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah lembar observasi dan SOP. Analisa data

menggunakan uji *Wilcoxon*.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Analisa Univariat

Analisa univariat dalam penelitian ini meliputi nilai tendensi sentral berupa mean, median, minimum dan maksimum dari produksi ASI sebelum pemberian intervensi (*pretest*) pemberian pijat Oketani dan sesudah pemberian intervensi (*posttest*) yang disajikan dalam tabel sebagai berikut:

- a. Produksi ASI Sebelum Pemberian Intervensi (*Pretest*) Pemberian Pijat Oketani

Tabel 1.1. Produksi ASI Sebelum Pemberian Intervensi (*Pretest*) Pemberian Pijat Oketani di RS Dr. R. Hardjanto Balikpapan 2021

| Produksi ASI                         | n  | Mean  | Median | Std. Deviation | Min   | Max   |
|--------------------------------------|----|-------|--------|----------------|-------|-------|
| Sebelum perlakuan ( <i>Pretest</i> ) | 26 | 1,557 | 1,500  | 0,886          | 0,500 | 3,500 |

Sumber: data primer, 2021

Berdasarkan tabel 1.1. diatas diperoleh hasil bahwa produksi ASI sebelum pemberian pijat Oketani, mean (nilai rata-rata) sebesar 1,557ml; median (nilai tengah) sebesar 1,500ml; Std. Deviation sebesar 0,886; minimum (nilai terkecil) sebesar 0,500ml dan maksimum (nilai terbesar) sebesar 3,500ml.

b. Produksi ASI Sesudah Pemberian Intervensi (*Posttest*) Pemberian Pijat Oketani

Tabel 1.2. Analisa Produksi ASI Sesudah Pemberian Intervensi (*Posttest*) Pemberian Pijat Oketani di RS Dr. R. Hardjanto Balikpapan 2021

| Produksi ASI                          | n  | Mean  | Median | Std. Deviation | Min    | Max    |
|---------------------------------------|----|-------|--------|----------------|--------|--------|
| Sesudah perlakuan ( <i>Posttest</i> ) | 26 | 35,96 | 35,000 | 5,295          | 30,000 | 45,000 |

Sumber: data primer, 2021

Berdasarkan tabel 1.2. diatas diperoleh hasil bahwa produksi ASI sesudah pemberian pijat Oketani, mean (nilai rata-rata) sebesar 35,961ml; median (nilai tengah) sebesar 35,000ml; Std. Deviation 5,295; minimum (nilai terkecil) sebesar 30,000ml dan maksimum (nilai terbesar) sebesar 45,000ml.

## 2. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dalam penelitian ini terdiri dari hasil uji normalitas data variabel produksi ASI dan hasil uji bivariat perbedaan produksi ASI *pretest* dan *posttest* pemberian pijat oketani yang akan dijabarkan dalam tabel sebagai berikut:

### a. Uji Normalitas Data Variabel produksi ASI

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui bahwa data

sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak. Penelitian ini menggunakan uji normalitas dengan uji *Shapiro-Wilk* karena jumlah sampel yang digunakan  $< 50$  yaitu 26 responden, adapun hasil uji normalitas disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 2.1. Uji Normalitas Data Variabel Produksi ASI di RS Dr. R. Hardjanto Balikpapan 2021

|                                  | <i>Shapiro-Wilk</i> |    |         |
|----------------------------------|---------------------|----|---------|
|                                  | Statistik           | df | Nilai-p |
| Produksi ASI ( <i>Pretest</i> )  | 0,197               | 26 | 0,019   |
| Produksi ASI ( <i>Posttest</i> ) | 0,855               | 26 | 0,002   |

Sumber: data primer, 2021

Berdasarkan tabel 2.1. diperoleh hasil uji normalitas dengan uji *Shapiro-Wilk*, diperoleh pada produksi ASI *pretest* nilai-p sebesar 0,019 dan produksi ASI *posttest* nilai-p sebesar 0,002 dimana nilai-p  $< \alpha$  (0,05) yang berarti bahwa data tidak berdistribusi normal. Dari hasil tersebut, maka peneliti menetapkan analisa bivariat menggunakan uji *wilcoxon*.

### b. Analisa Perbedaan Produksi ASI *Pretest* Dan *Posttest*

Tabel 2.2. Analisa Perbedaan Produksi ASI *Pretest* Dan *Posttest* di RS Dr. R. Hardjanto Balikpapan 2021

|  |                       | n  | Mean Rank | Sum of Ranks | Nilai Z | Nilai-p |
|--|-----------------------|----|-----------|--------------|---------|---------|
| Produksi ASI <i>Pretest - Posttest</i> | <i>Negative Ranks</i> | 0  | 0         | 0            | -4,461  | 0,000   |
|  | <i>Positive Ranks</i> | 26 | 13,50     | 351,00       |         |         |
|  | <i>Ties</i>           | 0  |           |              |         |         |
|  | <i>Total</i>          | 26 |           |              |         |         |

Sumber: data primer, 2021

Berdasarkan tabel 2.2. diatas diperoleh hasil bahwa dari 26 responden, seluruhnya memiliki produksi ASI sesudah intervensi pemberian pijat Oketani meningkat dibandingkan sebelum pemberian intervensi. Tidak ada responden yang produksi ASI sesudah pemberian intervensi sama atau menurun dibandingkan sebelum pemberian intervensi. Diperoleh dari hasil uji *wilcoxon* nilai- $p=0,000$  sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, yang berarti ada pengaruh pijat oketani terhadap peningkatan produksi ASI di RS Dr. R. Hardjanto Balikpapan.

## PEMBAHASAN

### 1. Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Sebelum Diberikan Pijat Oketani

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa produksi ASI sebelum pemberian pijat Oketani, mean (nilai rata-rata) sebesar 1,557 ml; median (nilai tengah) sebesar 1,500 ml; Std. Deviation sebesar 0,886; minimum (nilai terkecil) sebesar 0,500 ml dan maksimum (nilai terbesar) sebesar 3,500 ml.

Pada ibu postpartum hari pertama memiliki masalah produksi ASI yang masih sedikit karena banyak hormon kehamilan yang masih menekan produksi ASI untuk

keluar (Pollard, 2016 dalam Melyansaro et al., 2018). Sehingga ibu postpartum dapat mengalami masalah laktasi yang ditandai dengan produksi ASI yang masih sedikit, areola dan puting mengeras dan payudara yang bengkak dan bayi menangis kuat dimana ibu postpartum tidak dapat memberikan ASI kepada bayinya. Pada hari kedua didapatkan produksi ASI menetes, areola dan puting lebih elastis serta konsistensi payudara menjadi lebih lunak. Hal ini sesuai dengan teori Oketani (2009) bahwa produksi ASI yang belum lancar pada hari kedua sehingga bayi dianggap perlu diberikan minuman lain. Padahal komponen penting untuk kelangsungan hidup bayi adalah dengan pemberian ASI sedini mungkin (Kabir & Tasnim, 2010 dalam Yasni,dkk, 2020).

Menurut Setyaningrum & Widyawati (2018) penurunan produksi ASI pada hari pertama setelah melahirkan disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon oksitosin dan hormon prolaktin, dimana kedua hormon ini sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI. Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI yaitu dengan meningkatkan hormon

perangsang ASI (hormon oksitosin dan hormon prolaktin.

Berdasarkan teori dari Sari & Syahda (2020) produksi ASI pada setiap ibu nifas sebelum dilakukan pemijatan memiliki produksi ASI yang kurang. Hasil penelitian yang dilakukan Aslamiah, S., (2021) menunjukkan rata-rata (mean) produksi ASI sebelum dilakukan pijat payudara sebesar 39,50 cc, sedangkan rata-rata (mean) produksi ASI setelah dilakukan pijat payudara sebesar 55,50 cc.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya menurut Setyaningrum & Widyawati (2018) dengan judul “pengaruh pijat terhadap produksi ASI pada ibu postpartum primipara di kota Semarang”. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata produksi ASI pada kelompok pijat didapatkan sebelum perlakuan adalah 93,18 ml dengan nilai minimum 72 ml dan nilai maksimum 109 ml, sedangkan rata-rata produksi ASI pada kelompok kontrol sebelum perlakuan adalah 96,55 ml, nilai minimum 72 ml, nilai maksimum 140 ml.

Menurut peneliti bahwa volume ASI dan pengeluaran ASI yang sedikit pada hari-hari pertama setelah melahirkan menjadi hambatan pada ibu postpartum untuk memberikan ASI secara dini. Dimana kurangnya volume ASI pada

hari-hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon oksitosin dan prolaktin yang sangat berperan dalam proses produksi dan pengeluaran ASI.

## 2. Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Sesudah Diberikan Pijat Oketani

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa produksi ASI sesudah pemberian pijat Oketani, mean (nilai rata-rata) sebesar 35,961ml; median (nilai tengah) sebesar 35,000ml; Std. Deviation 5,295; minimum (nilai terkecil) sebesar 30,000ml dan maksimum (nilai terbesar) sebesar 45,000ml.

Pijat Oketani adalah salah satu teknik pijat yang unik dan berbeda dari teknik konvensional yang pertama kali ditemukan di Jepang pada tahun 1996. Dimana tidak menimbulkan rasa sakit / ketidaknyamanan, mencegah terjadinya cedera pada puting dan mastitis, memperbaiki kelainan payudara, meningkatkan laktasi dan memberikan rasa nyaman. (Mangesi & Zakarija-Grkovic, 2016 Mutiar, A., dkk 2020).

Menurut Astari & Macmudah (2019) pijat Oketani dapat meningkatkan produksi hormon prolaktin dan oksitosin. Prolaktin bertanggung jawab terhadap produksi ASI di alveoli,

sedangkan hormon oksitosin dapat menstimulus kelenjar mammae untuk mensekresikan ASI. Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa pijat Oketani selain dapat meningkatkan jumlah produksi ASI juga dapat meningkatkan kualitas ASI, yaitu kadar protein dan karbohidrat ASI.

Penelitian yang dilakukan di University of California Los Angeles (UCLA) menyebutkan bahwa *massage* yang dilakukan selama 15 menit berhubungan dengan peningkatan oksitosin dan penurunan *adrenocorticotropin hormone* (ACTH) (Morhenn, 2012 dalam Setyaningrum & Widyawati, 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya menurut Jahriani (2019) dengan judul “pengaruh pijat laktasi terhadap produksi asi pada ibu menyusui di kelurahan sendang sari kabupaten asahan tahun 2019”. Hasil penelitian menunjukkan volume produksi ASI ibu menyusui sebelum dilakukan pijat laktasi mayoritas memiliki volume produksi ASI kurang sebanyak 23 partisipan (76,7%) dan minoritas memiliki volume produksi ASI baik sebanyak 7 partisipan (23,3%). Volume produksi ASI ibu menyusui sesudah dilakukan pijat laktasi mayoritas memiliki volume produksi ASI bertambah naik yaitu 22 partisipan (73,3%)

dan volume produksi ASI tetap kurang yaitu 1 partisipan (3,3%).

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian sebelumnya menurut Sari & Syahda (2020) bahwa ada pengaruh pijat Oketani produksi ASI pada ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan pijat Oketani dimana rata-rata pengaruh produksi ASI sebelum diberikan pijat Oketani sebesar 82,40 dan nilai rata-rata sesudah diberikan pijat Oketani sebesar 105,20. Hasil uji T Test diperoleh p-value sebesar  $0,000 \leq 0,05$  dapat disimpulkan ada pengaruh pijat Oketani terhadap produksi ASI ibu nifas.

Menurut peneliti bahwa pijat Oketani dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui bahwa pijat Oketani dapat merangsang otot-otot dan pembuluh darah di dalam payudara untuk memproduksi ASI sehingga dapat meningkatkan volume ASI. Peningkatan volume ASI akan meningkatkan produksi ASI pada saat bayi akan menyusui.

### 3. Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui

Berdasarkan hasil analisa bivariat diperoleh bahwa dari 26 responden, seluruhnya memiliki produksi ASI sesudah intervensi pemberian pijat oketani meningkat dibandingkan

sebelum pemberian intervensi. Tidak ada responden yang produksi ASI sesudah pemberian intervensi sama atau menurun dibandingkan sebelum pemberian intervensi. Diperoleh dari hasil uji *wilcoxon* nilai- $p=0,000$  sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, yang berarti ada pengaruh pijat oketani terhadap peningkatan produksi ASI di RS Dr. R. Hardjanto Balikpapan.

Menurut Ambarwati & Wulandari (2010) menyusui merupakan proses pemberian ASI kepada bayi dari payudara ibu. Dimana dengan menyusui akan merangsang pengeluaran hormon prolaktin oleh hipofise anterior. Hormon prolaktin yang dikeluarkan berkaitan dengan stimulus isapan, frekuensi, intensitas dan lama bayi menghisap. Rangsangan yang timbul saat bayi menyusu akan merangsang hipofise posterior mengeluarkan hormon oksitosin yang akan memacu otot-otot polos di sekitar alveoli dan duktus untuk berkontraksi sehingga memeras air susu dari alveoli, duktus dan sinus turun ke puting (Astari & Machmudah, 2019).

Pijat Oketani dapat menstimulus kekuatan otot-otot pectoralis yang dapat menyebabkan payudara menjadi lunak, lentur, aerola menjadi elastis, mature dan lebih luas sehingga membuat kelenjar-kelenjar air susu semakin banyak

dan ASI yang diproduksi menjadi lebih banyak.

Rangsangan otot-otot payudara akan merangsang ujung-ujung saraf sensoris yang berfungsi sebagai reseptor mekanik untuk memproduksi ASI (reflek prolaktin), rangsangan ini kemudian dilanjutkan ke hipotalamus melalui medulla spinalis sehingga hipotalamus akan menekan pengeluaran faktor-faktor yang memacu sekresi prolaktin (Aslamiah, S., 2021).

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian sebelumnya menurut Yuliati, N.D (2017) dengan judul “*the impact of combination of rolling and oketani massage on prolactin level and breast milk production in post cesarean section mothers*” hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kadar prolaktin yang bermakna secara pada kelompok eksperimen dan kontrol dengan p-value 0,035 ( $<0,005$ ), dan perbedaan ASI yang signifikan produksi pada kedua kelompok pada posttest 1 dan posttest 2 dengan p-value 0,000 ( $<0,05$ ). Terdapat pengaruh secara signifikan kombinasi rolling dan pijat Oketani terhadap peningkatan kadar prolaktin dan produksi ASI pada ibu post sectio caesarea.

Yasni (2020) dengan judul “pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu post partum di wilayah kerja puskesmas Lhok Bengkuang Kecamatan

Tapaktuan” hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu-ibu post partum yang mendapatkan terapi pijat oketani produksi ASI nya meningkat dan lancar, perubahan pada puting payudara dan tidak adanya tanda/bendungan ASI. Didapat nilai p(value) lebih kecil dari 0,05 yang berarti ada perbedaan produksi ASI sebelum dan setelah dilakukan terapi pijat oketani.

Menurut peneliti bahwa pijat Oketani dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui dikarenakan payudara menjadi lunak dan lebih luas sehingga menyebabkan kelenjar-kelenjar air susu semakin banyak dan produksi ASI semakin banyak. Pengaruh pijat Oketani ini dilihat dari bertambahnya volume produksi ASI dan bayi tenang saat menyusu. Selain itu responden merasa nyaman dan menurunkan nyeri hal ini dikarenakan tubuh ibu menjadi rileks yang mana ASI dapat dirilis dengan lebih mudah (Kabir & Tasnim, 2009 dalam Mutiar,dkk ,2020).

#### **KETERBATASAN PENELITIAN**

Berdasarkan pada pengalaman langsung peneliti dalam proses penelitian ini, ada beberapa keterbatasan yang dialami dan dapat menjadi beberapa faktor agar dapat untuk lebih diperhatikan bagi peneliti-peneliti selanjutnya dalam lebih menyempurnakan penelitiannya

karena penelitian ini sendiri tentu memiliki kekurangan yang perlu terus diperbaiki dalam penelitian-penelitian kedepannya. Beberapa keterbatasan dalam penelitian ini, antara lain:

- a. Jumlah responden yang hanya 26 orang yang tidak sesuai dengan rencana awal dikarenakan responden yang diambil sesuai dengan kriteria inklusi, tentunya masih kurang untuk menggambarkan keadaan yang sesungguhnya.
- b. Sampel yang diambil hanya pada ibu postpartum spontan dengan paritas 1 dan 2 sehingga sampel yang dapat dijadikan responden terbatas.
- c. Waktu yang tersedia untuk menyelesaikan penelitian ini relatif singkat sehingga sampel yang dapat digunakan terbatas.

#### **KESIMPULAN**

1. Diperoleh hasil bahwa produksi ASI sebelum pemberian pijat oketani, mean (nilai rata-rata) sebesar 1,557ml; median (nilai tengah) sebesar 1,500ml; Std. Deviation sebesar 0,886; minimum (nilai terkecil) sebesar 0,500ml dan maksimum (nilai terbesar) sebesar 3,500ml.
2. Diperoleh hasil bahwa produksi ASI sesudah pemberian pijat oketani, mean (nilai rata-rata) sebesar 35,961ml; median (nilai tengah) sebesar 35,000ml; Std. Deviation 5,295; minimum (nilai terkecil)

sebesar 30,000ml dan maksimum (nilai terbesar) sebesar 45,000ml.

3. Diperoleh hasil uji *wilcoxon* nilai-p=0,000 yang berarti ada pengaruh pijat oketani terhadap peningkatan produksi ASI di RS Dr. R. Hardjanto Balikpapan.

## SARAN

### 1. Bagi Ibu Postpartum

Pijat Oketani dapat dijadikan pilihan ibu postpartum dalam meningkatkan kesehatan selama menyusui dan mencegah masalah dalam laktasi dengan tetap rileks, menjaga asupan nutrisi dan melakukan perawatan payudara.

### 2. Bagi Rumah Sakit

Rumah Sakit hendaknya dapat menjadikan pijat Oketani sebagai salah satu intervensi breast care dalam menangani masalah payudara pada ibu postpartum.

### 3. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan perlu untuk mengenalkan metode pijat Oketani sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti lain diharapkan dapat melanjutkan penelitian ini dengan menggunakan sampel lebih banyak, mengembangkan variabel-

variabel maupun faktor-faktor lain selain dari topik/tema yang telah penulis teliti.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian ini banyak mengalami hambatan dan kesulitan, namun dapat dilaksanakan dengan baik berkat pertolongan Tuhan Yang Maha Esa dan dengan bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aprilianti, A. (2018). Pijat Laktasi Dan Pijat Oksitosin Terhadap Onset Laktasi. *Jurnal Ilmiah Bidan, Vol.6 No.1*, 31–37. <https://doi.org/https://doi.org/10.47718/jib.v6i1.629>
- Aslamiah, S., dkk. (2021). Pengaruh Pemijatan Payudara terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan, 1*(1), 74. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jiik/article/view/1462>
- Astari, A. ., & Machmudah. (2019). Pijat Oketani Lebih Efektif Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Post-Partum Dibandingkan dengan Teknik Marmet. *Prosiding Mahasiswa Seminar Nasional Unimus, 2*, 242–248.
- Astutik, R.Y. (2014). *Payudara*

- dan Laktasi. Jakarta: Salemba Medika.
- Bobak, dkk. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC
- Buhari, S. (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), 209–220.
- Dahlan, M.S. (2017). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan Edisi 6*. Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- Dinas Kesehatan Kota Balikpapan. (2019). *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kota Balikpapan*. Balikpapan: Dinas Kesehatan Kota Balikpapan.
- Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur. (2020). *Profil Kesehatan Tahun 2019*. Samarinda: Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur.
- Eni. (2011). *Ilmu Praktis Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Haryono, Rudi dan Sulis Setianingsih (2014). *Manfaat ASI Eksklusif untuk Buah Hati Anda*. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Himalaya, D., & Maryani, D. (2021). *Paket Edukasi Kesuksesan Ibu Dalam Menyusui*. 9(1), 16–23. <https://doi.org/10.37676/jm.v9i1.1343>
- Jahriani, N. (2019). Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Kelurahan Sendang Sari Kabupaten Asahan Tahun 2019. *Excellent Midwifery Journal*, 2, 14. <http://jurnal.mitrahusada.ac.id/index.php/emj/article/view/89>
- Kemendes. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <http://www.kemkes.go.id>
- Kusumastuti, dkk. (2018). Efektifitas Pijat Oketani Terhadap Pencegahan Bendungan ASI Pada Ibu Postpartum. *University Research Colloquium STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta*, 271–277.
- Macmudah. (2017). Sukses menyusui dengan pijat oketani. *Prosiding Seminar Nasional Publikasi Hasil-Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, September. <https://jurnal.unimus.ac.id>
- Maryunani, A. (2012). *Buku Inisiasi Menyusu Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi*. Trans Info Media.
- Mayasari, W., Yanti, & Lailiyana. (2020). The Effect Of Oketani Massage On Breast Milk In Post Partum Mother In PMB Dince Safrina. *Jurnal Ibu Dan Anak*, 8(1), 38–45.
- Melyansari et al. (2018). Pengaruh Metode Stimulasi Pijat

- Endorphine, Oksitosin, dan Sugestif (SPOES) Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas Di Bidan Praktik Mandiri Siti Juleha Pekanbaru. *Jurnal Ibu dan Anak*, 6(2), 68-73. <http://jurnal.pkr.ac.id>
- Mufdlilah. (2017). *Buku Pedoman Pemberdayaan Ibu Menyusui Pada Progam ASI Eksklusif*. Yogyakarta, 0-38.
- Mutiara, A., dkk. (2020). Efektivitas Pijat Oketani Terhadap Breast Engorgement Pada Ibu Postpartum: Literature Review. *JMCRH*, 3(2), 93-107. <http://mcrhjournal.or.id/index.php/jmcrh/article/view/132>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Cetakan Ketiga. Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 4*. Salemba Medika.
- Pollard, M. (2016). *ASI Asuhan Berbasis Bukti*. Jakarta: EGC.
- Putri, I. ., & Utami, F. . (2020). *ASI Dan Menyusui*. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta Press. [www.unisayogya.ac.id](http://www.unisayogya.ac.id)
- Rizki, N. (2013). *ASI dan Panduan Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Saraung, M. ., Rompas, S., & Bataha, Y. . (2017). Analisis Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Ranotana Weru. *E-Jurnal Keperawatan*, 5, 1-8.
- Sari, V.P.U dan Syahda, S. (2020). Pengaruh Pijat Oketani terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangjajang Kota. *Jurnal Doppler*, 4(2), 117-123. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/doppler/article/view/1051>
- Saryaman, R., & Girsang, E. (2020). *Buku Ajar Proses Laktasi & Menyusui*. STIKes Wijaya Husada Bogor.
- Setyaningrum, A. ., & Widyawati, M. . (2018). Pengaruh Pijat terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Primipara Di Kota Semarang. *Jurnal Kebidanan*, 8(1), 66-72. <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jurkeb/article/view/3736/0>
- Sudirman, S., & Jama, F. (2019). Pelatihan Terapi Pijat Oketani Ibu Postpartum Pada Perawat/bidan Di RS Bersalin Masyita Makassar. *Jurnal Pengabdian Kesehatan, Vol.2, No.*, 113-120. <http://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id>
- Suradi, R. et al. (2019). *Materi Pelatihan Manajemen Laktasi Revisi tahun 2019* (pp. 1-142).
- Suryaningsih, H. (2012). 'Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku Kunjungan Ibu dan Balita Ke Posyandu Di Puskesmas Kemiri Muka Kota Depok Tahun 2012'. *Skripsi*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Wardhana, R. (2020). *Skripsi*

- Efektifitas Pijat Oksitosin Dan Teknik Marmet Terhadap Produksi ASI: Systematic Review.* Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Kalimantan Timur.
- Widuri, H. (2013). *Cara Mengelola ASI Eksklusif Bagi Ibu Bekerja.* Yogyakarta: Gosyen Publisng.
- Wiji, R.N. (2013). *ASI dan Pedoman Ibu Menyusui.* Yogyakarta: Nuha Medika.
- Yasni, H. dkk. (2020). Pengaruh Pijat Oketani terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Lhok Bengkuang Kecamatan Tapaktuan. *Jurnal Pendidikan, Sains Dan Humaniora*, 8(4), 555–561.  
<https://www/ojs.serambimekka.h.ac.id>
- Yuliati, N.D, et al. (2017). The Impact Of Combination Of Rolling And Oketani Massage On Prolactin Level And Breast Milk Production In Post-Cesarean Section Mothers. *Belitung Nursing Journal*, 3(4), 329–336.  
<https://belitungraya.org>