

## HUBUNGAN KARAKTERISTIK INDIVIDU DENGAN PENGETAHUAN TENTANG PIJAT OKSITOSIN

BEBY YOHANA OKTA AYUNINGTYAS<sup>1</sup>, WIJI OKTANASARI<sup>2</sup>

STIKes Bina Cipta Husada Purwokerto<sup>1,2</sup>  
beby@stikesbch.ac.id<sup>1</sup>, wiji@stikesbch.ac.id<sup>2</sup>

**Abstract:** *The healthiest diet for babies to promote healthy growth and development is breast milk (ASI), according to the Ministry of Health (2025). Babies receive the most comprehensive nourishment from breast milk. Breastfeeding exclusively is consuming just breast milk for six months, with the exception of vitamins, minerals, and prescription drugs. Fifty percent of women worldwide are exclusively nursing. 82.3% of Kalibagor's population exclusively breastfeeds (Banyumas Health Office Profile, 2024). Exclusive breastfeeding is frequently associated with nipple pain, breast engorgement, mastitis, and breast abscesses. To increase the success rate of exclusive breastfeeding coverage, therefore, measures must be taken to overcome breastfeeding obstacles, such as oxytocin massage. Breast milk release may be improved by oxytocin massage. Raising pregnant women's awareness of oxytocin massage has the potential to improve social conduct. This study aims to determine the relationship between oxytocin massage knowledge and personal characteristics. Thirty pregnant women who were enrolled in a prenatal class at the Kaliori Community Health Center in Kalibagor made up the study sample. Total sampling was the method of sample that was employed. The concept of oxytocin massage, its advantages, efficacy, timing, factors influencing the release of the oxytocin hormone, factors impacting the success of oxytocin massage, and the processes involved in the massage were all covered in the oxytocin massage knowledge quiz. According to the chi-square test results, the p-value was less than 0.05. Individual characteristics such as age, occupation, education, and parity were significantly associated with pregnant women's knowledge of oxytocin massage (0.001; 0.000; 0.004; 0.000).*

**Keywords:** *Age, education, parity, knowledge, oxytocin massage*

**Abstrak:** Makanan bayi paling sehat untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan yang sehat adalah air susu ibu (ASI), menurut Kementerian Kesehatan (2025). Bayi menerima nutrisi paling lengkap dari ASI. Menyusui secara eksklusif adalah hanya mengonsumsi ASI selama enam bulan, kecuali vitamin, mineral dan obat resep. Lima puluh persen wanita di seluruh dunia menyusui secara eksklusif. Sebesar 82,3% penduduk Kalibagor menyusui secara eksklusif (Profil Dinas Kesehatan Banyumas, 2024). Pemberian ASI eksklusif sering dikaitkan dengan nyeri puting, pembengkakan payudara, mastitis dan abses payudara. Oleh karena itu, untuk meningkatkan tingkat keberhasilan cakupan ASI eksklusif, langkah-langkah harus diambil untuk mengatasi hambatan menyusui, seperti pijat oksitosin. Pelepasan produksi ASI dapat ditingkatkan dengan pijat oksitosin. Meningkatkan kesadaran ibu hamil tentang pijat oksitosin berpotensi untuk merubah perilaku positif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memastikan bagaimana hubungan karakteristik individu dengan pengetahuan pijat oksitosin. Tiga puluh ibu hamil yang terdaftar dalam kelas prenatal di Puskesmas Kaliori, Kalibagor, menjadi sampel penelitian. *Total sampling* merupakan metode pengambilan sampel yang digunakan. Konsep pijat oksitosin, manfaatnya, efektifitasnya, waktu, faktor-faktor yang memengaruhi pelepasan hormon oksitosin, faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan pijat oksitosin, dan langkah dalam pijat, semuanya dibahas dalam kuesioner pengetahuan pijat oksitosin. Berdasarkan hasil *uji chi-square*, nilai p kurang dari 0,05. Karakteristik individu seperti usia, pekerjaan, pendidikan dan paritas berhubungan signifikan dengan pengetahuan ibu hamil tentang pijat oksitosin (0,001; 0,000; 0,004; 0,000).

**Kata Kunci:** Usia, pendidikan, paritas, pengetahuan pijat oksitosin

## A. Pendahuluan

Menurut Kemenkes (2025) menguraikan manfaat ASI bagi perkembangan dan pertumbuhan bayi yang sehat. Bayi menerima nutrisi terlengkap dari ASI. Memberikan ASI saja dan tidak memberikan makanan lain selain vitamin, mineral dan obat-obatan selama enam bulan dikenal sebagai ASI eksklusif. Perkembangan fisik dan mental bayi tumbuh dengan cepat setelah kelahiran. Dukungan perkembangan bayi secara optimal dapat dilakukan dengan hanya memberikan ASI eksklusif. Manfaat pemberian ASI Eksklusif adalah meningkatkan *bonding attachment* antara ibu dan anak, mencegah *SIDS (Sudden Infant Death Syndrom)*, menjaga berat badan optimal, mencegah stunting, memperkuat sistem kekebalan tubuh bayi, serta meningkatkan kesehatan dan kecerdasan anak.

Bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif mungkin akan mengalami masalah emosional dan tumbuh menjadi pribadi yang lebih rentan terhadap stress, depresi, kecemasan dan gangguan emosional lainnya karena kurangnya keterikatan antara ibu dan anak. Bayi dapat menderita penyakit kronis seperti diabetes, leukemia dan obesitas. Daya tahan tubuh yang lemah karena tidak diberikan asi eksklusif dapat menyebabkan bayi terkena berbagai infeksi pencernaan dan saluran pernafasan. Pertumbuhan dan perkembangan bayi akan terhambat karena kurangnya asupan nutrisi yang dibutuhkan sehingga meningkatkan resiko stunting (Kemenkes, 2025)

Di Dunia tahun 2025 pemberian ASI eksklusif secara global adalah 47,8%. Target global asi eksklusif adalah 50%. Data tahun 2017-2023 pemberian ASI Eksklusif terendah adalah North Amerika sebesar 26% dan paling tinggi adalah Asia Selatan sebesar 60%. Cakupan ASI eksklusif di Indonesia tahun 2024 berdasarkan BPS (2024) menjelaskan bahwa sebesar 74,73%. Hal ini menunjukkan bahwa Indonesia telah mencapai target cakupan ASI eksklusif dunia. Satu-satunya provinsi di Indonesia yang belum mencapai target cakupan ASI eksklusif dunia sebesar 44,64% adalah Provinsi Papua. Provinsi dengan tingkat cakupan ASI eksklusif tertinggi di Indonesia adalah Jawa Barat (80,31%), Jawa Tengah (80,27%), Nusa Tenggara Barat (83,07%), Papua Pegunungan (82,25%) dan Daerah Istimewa Yogyakarta (80,42%). Papua (44,64%), Gorontalo (55,11%), Papua Barat (57,42%) dan Kalimantan Tengah (59,85%) merupakan provinsi dengan tingkat cakupan ASI eksklusif terendah.

Provinsi Jawa Tengah menempati peringkat kelima tertinggi dalam cakupan ASI eksklusif yaitu 80,27%. Selama tiga tahun terakhir, cakupan ASI eksklusif Kabupaten Banyumas telah meningkat, naik menjadi 79,9% pada tahun 2024, 72,1% pada tahun 2023 dan 57,8% pada tahun 2022. Purwokerto Timur I (32,7%), Sokaraja II (47,1%) dan Purwokerto Timur II (48,7%) memiliki angka menyusui tertinggi di Banyumas pada tahun 2024. Sebesar 82,3% perempuan di Kalibagor menyusui secara eksklusif (Profil Dinas Kesehatan Banyumas, 2024). Berdasarkan statistik cakupan, masalah yang memengaruhi pemberian ASI eksklusif meliputi mastitis, pembengkakan payudara, abses payudara dan puting susu sakit. Peningkatan cakupan menyusui, perlu upaya harus dilakukan untuk mengatasi masalah menyusui. Ini termasuk menggunakan pijat oksitosin, perawatan payudara, kompres hangat dan dingin dan praktik menyusui yang benar.

Dagli Elif & Nese Celik (2021) menyatakan bahwa oksitosin dan prolaktin adalah hormon yang memengaruhi produksi ASI. Salah satu metode non-farmakologis untuk meningkatkan suplai ASI ibu pascapersalinan adalah pijat oksitosin. Pijat oksitosin yang efektif dapat menurunkan kadar kortisol dan mendorong pelepasan oksitosin. Setelah mendengarkan musik dan pijat oksitosin, tingkat kecemasan ibu menurun dan produksi ASI mereka meningkat ( $P < 0,05$ ). Menurut Notoatmodjo (2012), perilaku manusia sangat dipengaruhi oleh pengetahuan, yang memiliki kapasitas untuk mengubah sikap dan perilaku.

Membalikkan keyakinan budaya negatif dapat dilakukan dengan meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang pijat oksitosin.

Menurut Pasal 42 Undang-Undang No. 17 Tahun 2023, undang-undang kesehatan Indonesia yang mengatur pemberian ASI, bayi berhak menerima makanan pendamping ASI dan mendapatkan ASI eksklusif selama enam bulan, kecuali ada alasan medis untuk tidak melakukannya. Mereka juga berhak untuk terus menyusui hingga usia dua tahun. Hal ini didasarkan pada studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di PKD Kaliori di Kalibagor, Banyumas, pada tanggal 2 September 2025. Berdasarkan hasil wawancara, 20% dari sepuluh ibu hamil mengetahui apa itu pijat oksitosin dan mengapa pijat tersebut bermanfaat. Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, penulis mengidentifikasi beberapa masalah berikut “Adakah hubungan karakteristik individu dengan pengetahuan tentang pijat oksitosin ?”.

## B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini bersifat kuantitatif. Teknik *cross-sectional* digunakan dalam penelitian ini. Ukuran sampel adalah tiga puluh ibu hamil dari kelas ibu hamil PKD Kaliori di Puskesmas Kalibagor. Teknik sampel yang digunakan adalah *total sampling*. Uji statistik menggunakan *uji chi-square*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 8 Agustus 2025. Penelitian ini menggunakan kuesioner yang diberikan kepada ibu hamil, yang dibagi menjadi dua kelompok usia: di bawah 35 tahun dan di atas 35 tahun, untuk menganalisis karakteristik individu. Pekerjaan ibu, meliputi ibu hamil yang bekerja dan yang tidak bekerja, pendidikan ibu, khususnya pendidikan tinggi dan rendah. paritas ibu hamil primipara dan multipara. Informasi ibu tentang aspek yang menguntungkan dan tidak menguntungkan dari pijat oksitosin. Pertanyaan tentang definisi pijat oksitosin, keuntungannya, keberhasilannya, waktu, faktor-faktor yang memengaruhi pelepasan hormon oksitosin, faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan pijat oksitosin dan cara mencapainya semuanya termasuk dalam kuesioner pengetahuan pijat oksitosin.

## C. Hasil dan pembahasan

### 1.Karakteristik Responden

Hasil penelitian tentang ciri-ciri ibu hamil tertentu yang dilakukan di PKD Kaliori Puskesmas Kalibagor Banyumas ditunjukkan pada tabel berikut:

Tabel 1. Karakteristik individu

Variabel	Responden	
	Frekuensi	Persentase (%)
Pengetahuan		
a.1. Baik	24	80%
a.2. Kurang Baik	6	20%
Usia ibu		
A.1.<35 tahun	12	40%
1.2.>35 tahun	18	60%
Pekerjaan		
1.1. Bekerja	7	23,3%
1.2. Tidak bekerja	23	76,7%

Pendidikan		
1.1. Rendah (SD, SMP)	10	33,3%
1.2. Tinggi (SMA dan perguruan tinggi)	20	66,7%
Paritas		
1.1. Primigravida	8	26,7%
1.2. Multigravida	22	73,3%

Di PKD Desa Kaliori, Puskesmas Kalibagor, Banyumas, karakteristik ibu hamil yang menjadi peserta penelitian ini ditunjukkan pada Tabel 1. Dari jumlah tersebut, sebanyak 24 (80%) ibu hamil memiliki pengetahuan baik tentang pijat oksitosin, 18 (60%) berusia lebih dari 35 tahun, 23 (76,7%) tidak bekerja, 20 (66,7%) memiliki tingkat pendidikan tinggi, dan 22 (73,3%) merupakan paritas multigravida.

Mengingat tingkat pendidikan mereka yang tinggi yaitu lulusan SMA dan perguruan tinggi temuan studi menunjukkan bahwa ibu hamil di PKD Kaliori sangat memahami pijat oksitosin. Ibu hamil di atas usia 35 tahun mencapai 60% dari populasi. Sebagian besar responden berusia 35 tahun, dengan usia maksimal 42 tahun. Dalam 76,7% kasus, para ibu tersebut menganggur. Ibu yang menganggur menghabiskan lebih banyak waktu untuk mempersiapkan persalinan, mencari informasi di media sosial, dan mengikuti kelas prenatal lebih sering daripada ibu yang bekerja karena mereka memiliki lebih banyak waktu luang.

Berdasarkan temuan tersebut, 66,7% ibu berpendidikan tinggi. Sebagian besar ibu telah menyelesaikan sekolah menengah atas. Orang yang berpendidikan tinggi umumnya lebih terbuka dan lebih responsif terhadap informasi baru. Informasi, terutama yang diberikan oleh tenaga medis, mudah diserap oleh responden. Sebanyak 73,3% dari mereka yang disurvei memiliki tiga anak dan merupakan ibu multigravida.

## 2. Hubungan karakteristik individu dengan pengetahuan ibu tentang pijat oksitosin

Tabel 2. Hasil Uji Chi Square

Variabel	Kategori	Pengetahuan pijat oksitosin		Nilai p		
		Kurang Baik	Baik	N	%	
		N	%	N	%	
Umur	<35 tahun	6	50%	6	50%	0,001
	> 35 tahun	0	0%	18	100%	
Pekerjaan	Bekerja	6	85,7%	1	14,3%	0,000
	Tidak bekerja	0	0%	23	100%	
Pendidikan	Rendah	5	50%	5	50%	0,004
	Tinggi	1	5%	19	95%	
Paritas	Primigravida	6	75%	2	25%	0,000
	Multigravida	0	0%	22	100%	

Sumber: Data Primer, Tahun 2025

Berdasarkan Tabel 2, enam (50%) dari dua belas responden berusia di bawah 35 tahun memiliki pengetahuan yang baik, dan enam (50%) memiliki pengetahuan yang kurang.

Delapan belas (100%) orang berusia di atas 35 tahun menunjukkan kemahiran dalam pijat oksitosin. Dengan nilai  $p = 0,001$ , hasil *Uji Chi Square* menunjukkan adanya hubungan antara usia dan pengetahuan tentang pijat oksitosin. Menurut WHO (2025), usia dewasa didefinisikan sebagai usia 18 hingga 59 tahun. Dewasa muda (25–35 tahun) dan dewasa akhir (36–45 tahun). Sebagian besar responden, yang termasuk dalam kategori dewasa akhir, berusia 35 tahun atau lebih. Meskipun ada kemungkinan lebih tinggi untuk hamil dan melahirkan pada usia 35 tahun, para ibu termasuk dalam kategori dewasa akhir, yang menunjukkan bahwa mereka lebih siap secara psikologis dan memiliki lebih banyak pengalaman dan pengetahuan. Ibu memiliki pengetahuan pijat oksitosin lebih baik karena pengalaman yang telah dimiliki, ibu memperoleh informasi dari tenaga kesehatan, ibu rajin mengikuti kelas ibu hamil untuk menambah pengetahuan dari sosial media tentang pijat oksitosin. Menurut Sitepu Debora (2024) Seorang anak memperoleh lebih banyak informasi seiring bertambahnya usia karena pemahaman dan proses berpikirnya semakin baik. Pengetahuan inilah yang memengaruhi efektivitas pijat oksitosin. Para ibu yang berpengetahuan luas dapat menyarankan suami mereka untuk mempromosikan pijat oksitosin. Pengetahuan dapat meningkatkan kesadaran dan membantu orang bertindak dengan cara yang konsisten. Perilaku seseorang akan berubah secara konsisten jika didasari oleh pengetahuan, kesadaran dan sifat-sifat positif, bukan karena paksaan dari sumber luar (Yunitasari Wahyu, 2024). Hal ini sejalan dengan penelitian Puspita, Tri Dela (2025) mengatakan bahwa pengetahuan membantu ibu membuat keputusan yang terarah, mengarahkan perilaku berdasarkan informasi yang telah dipadukan dengan pemahaman. Ada hubungan tingkat pengetahuan dengan keterampilan suami dalam melakukan pijat oksitosin ( $p = 0,001$ ). Pijat oksitosin yang dilakukan oleh suami dapat membantu ibu mendapatkan dukungan atau dorongan untuk memberikan ASI.

Sebanyak 6 (85,7%) responden yang bekerja dalam variabel pekerjaan tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang pijat oksitosin. Hingga 23 (100%) responden yang menganggur memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang pijat oksitosin. Hasil *Uji Chi-Square* menunjukkan adanya korelasi antara pekerjaan dengan pengetahuan pijat oksitosin, dengan nilai  $p = 0,000$ . Responden yang menganggur memiliki lebih banyak waktu untuk mencari informasi tentang pijat oksitosin di media sosial. Ibu yang tidak memiliki pekerjaan menemukan informasi pijat oksitosin melalui media sosial dan tenaga medis. Ibu yang tidak memiliki pekerjaan memiliki lebih banyak waktu untuk menerapkan apa yang telah mereka pelajari tentang pijat oksitosin. Perempuan yang menganggur menerima pelatihan pijat oksitosin untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka terhadap kapasitas mereka untuk berhasil memberikan ASI eksklusif. Efikasi diri adalah keyakinan bahwa seseorang dapat secara efektif menyusui anak secara eksklusif. Karena mereka memiliki lebih banyak waktu untuk bersiap-siap menyusui, perempuan yang tidak bekerja sering mengikuti kelas untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka terhadap kemampuan mereka dalam menyusui. Temuan penelitian Musriyawati (2025) di Puskesmas Aek Songsongan menunjukkan bahwa efikasi diri dalam pemberian ASI eksklusif dan pekerjaan ibu berhubungan ( $p = 0,021$ ).

Sejalan dengan penelitian Azizah Nur (2025) menyatakan bahwa ibu-ibu yang bekerja sebagai ibu rumah tangga atau tidak bekerja mempunyai waktu untuk dihabiskan bersama anak-anaknya dan mengambil waktu istirahat untuk mengurangi rasa lelahnya. Ibu rumah tangga membutuhkan *support* dari suami atau keluarga karena beban ganda yang di miliki ibu, selain merawat bayi ibu diharuskan membersihkan rumah, menyapu, mengepel, memasak. Supaya ibu tidak mengalami kelelahan menyusui, suami dan keluarga memberikan support dan motivasi. Suami dapat memberikan support dengan menerapkan pijat oksitosin yang telah diajarkan oleh ibu. Pada variabel pendidikan responden pendidikan rendah memiliki pengetahuan pijat oksitosin baik 50% dan kurang baik 50%. Responden berpendidikan tinggi memiliki pengetahuan pijat oksitosin baik sebesar 19 (95%). Hasil *Uji Chi Square* diperoleh  $p$

*value 0,004* menunjukkan bahwa pendidikan berhubungan dengan pengetahuan pijat oksitosin. Ibu berpendidikan tinggi mencari informasi terkait solusi melancarkan asi untuk memberikan asi eksklusif. Ibu mencari informasi di social media dan internet. Ibu menemukan informasi cara memijat supaya asi keluar dengan lancar. Pijat oksitosin dengan bantuan suami dapat meningkatkan produksi asi. Ibu berkomunikasi dengan suami untuk melakukan pijat oksitosin. Menurut Penelitian Bali Florentina (2025) mengatakan bahwa pendidikan, pengetahuan dan dukungan suami berpengaruh terhadap keberhasilan asi eksklusif. Peran suami dan edukasi pada suami yang diberikan oleh ibu menjadi strategi efektif untuk masalah menyusui. Sejalan dengan penelitian Zulfatunnisa Nevia (2020) menguraikan bahwa kesadaran primipara akan manfaat pijat oksitosin berkorelasi dengan tingkat pendidikan mereka. Hanya pendidikan SMA yang diperlukan untuk mendapatkan informasi; semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah baginya untuk mendapatkannya. Menurut penelitian Manullang Rasmi (2025), pendidikan berdampak pada pemberian ASI eksklusif. Ibu yang berpendidikan lebih tinggi cenderung memiliki strategi dan solusi untuk menyusui. Menurut Azizah Nur (2025), salah satu faktor yang memengaruhi kelancaran produksi ASI eksklusif adalah tingkat pengetahuan yang tinggi. Ibu yang berpendidikan lebih tinggi dapat memperoleh pengetahuan tentang menyusui untuk meningkatkan kesehatan bayinya. Pendidikan tinggi memiliki *self efficacy* yang tinggi, manajemen diri untuk memberikan asi eksklusif sehingga tingkat stress rendah dan produksi asi menjadi lancar.

Pada variabel paritas responden primigravida memiliki pengetahuan pijat oksitosin kurang baik sebanyak 6 (75%) dan multigravida memiliki pengetahuan pijat oksitosin baik 22 (100%). Nilai  $p = 0,000$  ditemukan dari hasil uji *Chi-Square*, yang menunjukkan adanya hubungan antara paritas dan pengetahuan tentang pijat oksitosin. Prawirohardjo (2002) mendefinisikan multigravida sebagai wanita yang telah mengalami banyak kehamilan. Responden multigravida memiliki pengalaman kehamilan sebelumnya, oleh karena itu mereka memiliki informasi, keahlian dan pengalaman mengenai pijat oksitosin untuk kehamilan berikutnya. Hal ini konsisten dengan penelitian oleh Chori Elsera (2021), yang menyatakan bahwa karena ibu multigravida memiliki lebih banyak keahlian dan efikasi diri yang kuat selama menyusui, mereka menghasilkan lebih banyak ASI daripada ibu primigravida. Memiliki anak pertama yang sukses akan meningkatkan kepercayaan diri seorang ibu dan kemampuan untuk menyusui anak-anaknya berikutnya secara efektif. Hormon oksitosin dilepaskan ketika seorang ibu merasa percaya diri, hormon oksitosin membuat produksi ASI. Hal ini sejalan dengan penelitian Puspita, Tri Dela (2025) mengatakan bahwa tingkat stress pada ibu multigravida lebih kecil dibandingkan dengan primigravida. Stress yang dialami oleh ibu primigravida berpotensi meningkatkan kadar kortisol dalam darah. Hormon kortisol dapat menurunkan hormon oksitosin dan menghambat proses menyusui.

Maryuani (2015) menjelaskan bahwa proses produksi, sekresi, dan pelepasan ASI (hormon prolaktin, hormon oksitosin) dikenal sebagai laktasi. Refleksi prolaktin dan refleksi ejeksi ASI, terkadang dikenal sebagai *refleks let-down*, merupakan refleksi krusial selama laktasi. Reflek prolaktin merangsang produksi asi yaitu impuls saraf dari puting susu ibu mengarah ke hipotalamus melalui medulla spinalis, hipotalamus kemudian ke hipofise anterior dan merangsang pengeluaran prolaktin kemudian merangsang sel-sel alveolus memproduksi asi. Reflek aliran (*let down reflek*) secara spesifik, dari impuls saraf puting susu ke hipotalamus, yang mengarah ke kelenjar pituitari posterior. Kelenjar pituitari posterior melepaskan oksitosin, yang menyebabkan kontraksi otot polos yang memeras ASI yang dihasilkan keluar dari alveoli dan masuk ke sistem duktus sebelum memasuki mulut bayi melalui duktus laktiferus.

Pijat oksitosin merupakan teknik nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk meningkatkan produksi ASI (Dagli, 2021). Pijat oksitosin dapat mengaktifkan medula oblongata, menurunkan kadar kortisol, dan memicu hipotalamus untuk melepaskan oksitosin dari kelenjar pituitari posterior. Selain meningkatkan refleks keluarnya ASI, pijat otot tulang belakang juga dapat meredakan stres dan kecemasan. Menurut penelitian Satyandari Yekti (2024), Kadar oksitosin ibu menyusui terbukti meningkat secara signifikan dengan pijat oksitosin. Ibu pascapersalinan yang menerima pijat oksitosin secara teratur dapat meningkatkan produksi ASI. Menurut penelitian Susanti Isne (2025), pijat oksitosin membantu ibu pascapersalinan memproduksi lebih banyak ASI dalam tiga hari pertama setelah melahirkan. Produksi dan keluarnya ASI dapat dirangsang secara fisik dengan memijat tulang belakang dan sepanjang tulang belakang. Manfaat pijat oksitosin antara lain meningkatkan ikatan dengan bayi, meredakan kelelahan pascapersalinan dan membantu ibu merasa lebih damai dan tenang. Penelitian menguraikan bahwa di Puskesmas Lawanga di Poso, pijat oksitosin dan perawatan payudara berdampak pada peningkatan suplai ASI (Triyansah Ade, 2021).

Menurut Dagli (2021), pijat oksitosin memiliki efek ganda yaitu meningkatkan refleks keluarnya ASI dan menurunkan stres dan ketegangan. Selain menurunkan ketegangan, kecemasan, dan kekhawatiran, oksitosin meningkatkan kepercayaan diri dengan menghambat produksi kortisol, yang meningkatkan tingkat stres. Ini juga bekerja dengan baik untuk membuat ibu bahagia. Dengan nilai  $p < 0,05$ , pijat oksitosin menurunkan kecemasan ibu. Menurut Rinarta dan Susanti Isne (2025), pijat oksitosin meningkatkan ikatan kasih sayang dan menurunkan risiko depresi pascapersalinan pada ibu dengan melepaskan hormon oksitosin. Pijat oksitosin dan pengendalian emosi meningkatkan kadar hormon prolaktin dan oksitosin secara signifikan. Teknik pijat oksitosin memberikan rasa nyaman, merangsang otot payudara, memperbaiki fungsi kardiovaskular, meningkatkan kekencangan payudara, mengurangi rasa sakit, mempermudah aliran asi, gangguan psikologis seperti *baby blues* maupun depresi post partum Astuti Dwi dkk (2024). Menurut penelitian Sahin Ezgi (2025) Pijat oksitosin dan *hypnobirthing* dalam perawatan prenatal rutin dapat mengurangi ketakutan terhadap persalinan, peningkatan kepuasan persalinan, meningkatkan kepercayaan diri menyusui, meningkatkan *bonding attachment* antara ibu dan bayi. Pengetahuan pijat oksitosin dapat diberikan oleh bidan untuk mendukung kesejahteraan ibu dan ikatan dini dengan biaya yang rendah.

Hari pertama hingga ketiga setelah melahirkan adalah waktu yang ideal untuk pijat oksitosin (Ratnawati Eka, 2023). Menurut penelitian waktu yang tepat untuk dilakukan pijat oksitosin adalah sebelum atau sesudah menyusui kapanpun ibu mau (Elsera Chori, 2021). Adetia Pramesti (2025) Pijat oksitosin selama 15 menit terbukti meningkatkan produksi ASI. Pijat oksitosin disarankan dua kali sehari, pagi dan malam. Pijat oksitosin telah terbukti dapat membantu ibu pascapersalinan yang mengalami kesulitan menyusui untuk memproduksi lebih banyak ASI. Hal ini sejalan dengan penelitian Br Manjorang Novita (2023) menunjukkan bahwa pijat oksitosin efektif menghasilkan produksi asi lebih banyak dari pada kelompok kontrol. Menurut penelitian Rastiti Ni Ketut (2025) mengatakan bahwa manfaat pijat oksitosin adalah memberikan efek relaksasi, mengurangi stress dan nyeri pada ibu, mempercepat pemulihan rahim dan meningkatkan *bonding* emosional antara suami dan ibu.

Patrin Tiara (2021) setelah menjelaskan teknik pijat oksitosin, ibu duduk dengan kepala bersandar di lengannya, melipat tangannya di atas meja, dan mencondongkan tubuh ke depan. Saat tidak mengenakan pakaian, payudara akan menggantung longgar. Gunakan buku jari atau ibu jari anda untuk memijat tulang belakang ibu di kedua sisi. Berikan tekanan kuat dengan kedua ibu jari dalam gerakan melingkar kecil dari leher ke bawah hingga ke tulang belakang selama dua hingga tiga menit. Penelitian oleh Kartija Jenny (2025) menunjukkan bahwa pijat oksitosin dan peran suami saling berkaitan. Baik anggota keluarga maupun tenaga medis

profesional dapat memberikan pijat oksitosin. Suami lebih cocok untuk memberikan pijat oksitosin. Suami yang memijatnya dengan oksitosin mendorongnya untuk menyusui secara eksklusif. Menurut penelitian Rastiti Ni Ketut (2025) mengatakan bahwa edukasi terhadap suami terbukti meningkatkan keterlibatan suami untuk mendukung ibu menyusui. Pelatihan kepada suami secara signifikan meningkatkan kepercayaan diri suami dan keterampilan suami dalam membantu istri melakukan pijat oksitosin dan meningkatkan kepuasan dan kenyamanan ibu selama masa nifas.

#### D. Penutup

Hasil uji *chi square* yang menghasilkan p value < 0,05. Karakteristik individu berhubungan dengan pengetahuan ibu tentang pijat oksitosin usia, pekerjaan, pendidikan dan paritas (0,001; 0,000; 0,004; 0,000). Edukasi pengetahuan pijat oksitosin diperlukan untuk ibu maupun suami untuk meningkatkan ketrampilan dan mengatasi masalah menyusui

#### Daftar Pustaka

- Ade Triansyah ET all. (2021). *Pengaruh Pijat Oksitosin dan Perawatan Payudara terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Lawanga Kabupaten Poso*. NCBI PUBMED DOI: 10.1016/j.gaceta.2021.10.017
- Adetia Pramesti Rinarta dan Diah Nur Annisa. (2025) . *Efektivitas Pemberian Intervensi Pijat Oksitosin Pada Pasien Post Sectio Caesarea Dengan Masalah Menyusui Tidak Efektif*. Jurnal Mutiara kesehatan masyarakat e-ISSN: 2527-8185 Vol. 10 No. 1 Juni 2025 (Hal 64-73). Universitas Aisyiyah Yogyakarta
- Astuti dwi et all. (2024) . *Enhancing oxytocin and prolactin levels to address oligogalactia through emotional management and massage in working mothers*. doi: 10.52225/narra.v4i3.017. Epub 2024 Oct 17.
- Azizah Nur dkk (2025). *Gambaran Karakteristik Ibu Menyusui Uang Melaksanakan Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Kelancaran Produksi ASI di Puskesmas Sukosewu Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro Tahun 2025*. Jurnal ilmiah kesehatan . Vol 6 no 1 Agustus 2025.
- Badan Pusat Statistik BPS (2024). *Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan Asi Eksklusif Menurut Provinsi (Persen), 2021-2023*
- Bali Florentiana, Firina Laila, Indah mawati Gulo. (2025) . *The Relationship Between Education Level, Knowledge, and Spousal Support with Exclusive Breastfeeding Practices Among Working Mothers at Sunggal Primary Clinic*. Journal of Pharamaceutical and sciences. Electronic ISSN: 2656-3088 DOI: <https://doi.org/10.36490/journal-jps.com> Homepage: <https://journal-jps.com>
- Chori Elsera dkk. (2021). *Pengetahuan ibu tentang pijat oksitosin*. Prosiding seminar UNIMUS Vol 4 Tahun 2021
- Debora egyita sitepu, Annisa Primadhamanti, Erika Indah Safitri, (2024). *Hubungan Usia, Pekerjaan dan Pendidikan Pasien Terhadap Tingkat Pengetahuan DAGUSIBU di Puskesmas Wilayah Lampung Tengah*. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, Maret 2024, 10 (6), 196-204 DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10642605> p-ISSN: 2622-8327 e-ISSN: 2089-5364 Accredited by Directorate General of Strengthening for Research and Development Available online at <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas. (2024). *Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas tahun 2024*. Banyumas

- Dwi andayani, ova emilia, djauhar ismail. (2017). *Peran kelas ibu hamil terhadap pemberian ASI Eksklusif di Gunung Kidul*. <https://jurnal.ugm.ac.id/bkm/article/view/18048>
- Elif Dağlı & Neşe Çelik. (2021). *The effect of oxytocin massage and music on breast milk production and anxiety level of the mothers of premature infants who are in the neonatal intensive care unit: A self-controlled trial*. *Health Care for Women International*. <https://doi.org/10.1080/07399332.2021.1947286>
- I Gusti Ayu Nyoman Devilia Arini , Pande Putu Indah Purnamayanthi, I Gusti Agung Manik Karuniadi, Ni made Risna Sumawati, (2024) *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pijat Oksitosin Dengan Sikap Ibu Dalam Pemberian ASI Eksklusif*, *jurnal kesehatan republic Indonesia*. Site : <https://jurnal.intekom.id/index.php/jkri>
- Kartika Jeny, Rita Kamalia dan Nia Clarasari. (2025). *Pengaruh peran suami terhadap kelancaran asi* . *Holistik Jurnal Kesehatan* Volume 19 no 3 Mei 2025: 478-484. ISSN 2620-7478
- Kemenkes (2025). *Temu Media Pekan Menyusui Sedunia Tahun 2025*
- Manjorang Novita Andriani. (2023). *Efektivitas Metode BOM (Breastcare, Oxyrocin Massage, Marmet Technique) Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di RSUD Morwali*. *Jurnal vokasi kesehatan*. Vol. 4, No. 2 (195-200) Tahun 2025
- Manullang Rasmi. (2025). *Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Usia 6-12 Bulan*. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kebidanan Nusantara (JIKKN)* Volume 2, Number 3, 2025 E-ISSN: 3047-9584
- Maryunani, Anik. 2015. *Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui*. Bogor: In Media
- Musriyawati1, Tiarnida Nababan, Erni Yanti Biloko, Kiki Andrining Tyas, Septian Rahayu, Meilani Febrianti Sitanggang. (2025). *Hubungan Pekerjaan Ibu Dengan Self Efficacy Dalam Pemberian Asi Eksklusif Di Puskesmas Aek Songsongan*.
- Nevia Zulfatunnisa Dan Wiwik Puspitadewi (2020). *Hubungan Tingkat Pendidikan Dengan Pengetahuan Primipara Tentang Manfaat Pijat Oksitosin Di Puskesmas Sibela Mojosongo*. *PROFESI (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian* 2020; Volume 17; No 2. Website: [journals.itspku.ac.id](http://journals.itspku.ac.id)
- Puspita, Tri Dela. (2025). *Faktor Pengetahuan, Sikap, Dan Praktik Dalam Pemberian ASI Eksklusif Pada Anak*. *Journal homepage: https://jurnal.ittc.web.id/index.php/jfkes*  
Published by: ITTC INDONESIA E-ISSN : 3063-1467
- Rastiti Ni Ketut . (2025) . *Gambaran Perilaku Suami Dalam Melakukan Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Baturiti I Kabupaten Tabanan*. Poltekkes Kemenkes Denpasar.
- Ratnawati Eka , Clara Agustina. (2023). *Survei Penerapan Pijat Oksitosin di Unit Pelayanan Keperawatan Maternitas*. *JurnalKesehatan*, vol 12,no.1, Edisi Juni 2023, pISSN: 2301-783X, eISSN: 2721-8007
- Sahin Ezgi Dan Mehtap Kesik . (2025) . *Effects of HypnoBirthing education and oxytocin massage on labor and postpartum period in primiparous pregnant women: A randomized controlled trial*. *Women Health*. doi: 10.1080/03630242.2025.2572397.
- Satriyandari, Y., Mufdlilah. (2025). *Efektivitas Pijatan Oksitosin Terhadap Peningkatan Kadar Oksitosin Pada Ibu Menyusui*. *Jurnal of Midwifery Care*, 5(3), 1– 10 . <https://doi.org/10.34305/bpme1715>
- Susanti Isne, Nesyia Dan Eka Oktavia . (2025). *Efektivitas Pijat Oksitosin terhadap Produksi Asi pada Ibu Nifas Hari ke 1-3*. *Politeknik Kesehatan Ummi Khasanah Bantul Yogyakarta*. *Jurnal Kesehatan Amanah* Volume. 9, Nomor. 2, Oktober 2025 e-ISSN : 2962-6366; p-ISSN : 2580-4189; Hal. 281-290 DOI: <https://doi.org/10.57214/jka.v9i2.947> Tersedia: <https://ejournal.unimman.ac.id/index.php/jka>

- Tiara Fatrin, Marchatus Soleha, Titin Apriyanti, Yona Sari, Aryanti. (2021). *Edukasi praktik pijat oksitosin terhadap peningkatan kelancaran produksi Air Susu Ibu (ASI)*. Volume 3 No 1, 2022/ DOI: 10.32539/ Hummed.V3I1.73 39-46
- Wahyu Yunitasari, Ns. Innez Karunia Mustikarani., M.Kep. (2024). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Keterampilan Suami Dalam Melakukan Pijat Oksitosin*. Universitas Kusuma Husada Surakarta