

## Differences in The Effectiveness of Oxytocin Massage and Major Pectoralist Massage Towards Acceleration of Breast Milk Expenditure in Postpartum Mothers in PMB Ngadila Sobirin Malang District

*Perbedaan Efektifitas Pijat Oksitosin dan Pijat Otot Pectoralis Mayor terhadap Percepatan Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum di PMB Ngadila Sobirin Kabupaten Malang*

Yuniar Angelia Puspawati<sup>1\*</sup>, Jiarti Kusbandiyah<sup>2</sup>

<sup>1\*2</sup> Program Studi DIII Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widyagama Husada, Malang, Jawa Timur, Indonesia

### ARTICLE INFORMATION

Received: 3 March 2021  
Revised: 8 May 2021  
Accepted: 9 May 2021

### KEYWORD

Postpartum, Breastfeeding, Oxytocin massage, Pectoralis major muscle massage

*Postpartum, Menyusui, Pijat oksitosin, Pijat otot pectoralis mayor*

### CORRESPONDING AUTHOR

Yuniar Angelia Puspawati  
Malang, Jawa Timur  
[yuniarangelia80@widayamahusada.ac.id](mailto:yuniarangelia80@widayamahusada.ac.id)

### DOI

<https://doi.org/10.36456/embrio.v13i1.3323>

### A B S T R A C T

Breastmilk (ASI) is a staple food that can be given to a newborn for growth and development of the baby for his survival. Therefore, almost 80% of mothers who give birth are able to produce enough milk for the needs of their babies. Psychological factors because there is a belief from the mother that she cannot provide breast milk which will cause a decrease in the hormone oxytocin so that breast milk cannot come out immediately after birth, so the mother takes the decision to give formula milk. The research objective in this study was to analyze the difference in the effectiveness of oxytocin massage and pectoralis major muscle massage on the acceleration of breastfeeding in postpartum mothers. The number of respondents in each group was 20 people with criteria such as postpartum mothers before 2 hours, breastfeeding did not come out at all, mothers gave normal birth. Both groups were checked for the smooth release of breast milk on which day by observation. This study used a true experiment design with a posttest-only control design approach. The independent variables in this study were oxytocin massage and pectoralis major muscle massage which was carried out 2 times a day massage with a massage duration of 2-3 minutes for 5 days, while the dependent variable was the speed of expressing breastmilk which occurred on what number of days postpartum. The results showed that the U value was 122 and the W value was 375. When converted to Z value, the value was -2.593. Sig value or P value 0.010 < 0.05 means that there is a significant difference between the 2 groups, namely oxytocin massage is more effective in accelerating breastfeeding.

*Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan pokok yang dapat diberikan kepada seorang bayi baru lahir untuk pertumbuhan dan perkembangan si bayi demi kelangsungan hidupnya. Oleh karena itu hampir 80% ibu yang melahirkan ternyata sangat mampu untuk dapat menghasilkan ASI dengan cukup untuk kebutuhan bayinya. Faktor psikologis karena ada keyakinan dari ibu bahwa dirinya tidak bisa memberikan ASI akan membuat terjadinya penurunan hormon oksitosin sehingga ASI tidak dapat keluar segera setelah lahir sehingga ibu mengambil keputusan untuk memberikan susu formula. Tujuan penelitian dalam penelitian ini yaitu menganalisis perbedaan efektifitas pijat oksitosin dan pijat otot pectoralis mayor terhadap percepatan pengeluaran ASI pada ibu postpartum. Jumlah responden pada masing-masing kelompok sebanyak 20 orang dengan kriterianya seperti ibu postpartum sebelum 2 jam, ASI tidak keluar sama sekali, ibu bersalin normal. Kedua kelompok dicek pengeluaran ASI nya yang lancar pada hari keberapa dengan observasi. Penelitian ini menggunakan desain Quasy experiment dengan pendekatan posttest-only control design. Variabel independen pada penelitian ini adalah pijat oksitosin dan pijat otot pectoralis mayor yang dilakukan pemijatan sehari 2 kali dengan lama pemijatan 2-3 menit selama 5 hari, sedangkan variabel dependen adalah kecepatan pengeluaran ASI terjadi pada hari keberapa postpartum. Hasil penelitian menunjukkan nilai U sebesar 122 dan nilai W sebesar 375. Apabila dikonversikan ke nilai Z maka besarnya -*

2,593. Nilai Sig atau P Value  $0,010 < 0,05$  artinya terdapat perbedaan bermakna antara 2 kelompok yaitu pijat oksitosin lebih efektif dalam percepatan pengeluaran ASI.

---

## Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan pokok satu-satunya yang dapat diberikan kepada seorang bayi baru lahir untuk pertumbuhan dan perkembangan si bayi demi kelangsungan hidupnya. Oleh karena itu hampir 80% ibu yang melahirkan ternyata sangat mampu untuk dapat menghasilkan ASI dengan cukup untuk kebutuhan bayinya selama enam bulan tanpa adanya tambahan susu formula atau makanan tambahan yang lainnya (Pranajaya and Rudiyananti 2017). Beberapa daerah di Indonesia termasuk salah satunya budaya dan tradisi yang ada di Jawa sangat menyakini beberapa mitos yang berkembang di masyarakat tentang perawatan masa nifas termasuk salah satunya adalah menyusui, namun masih ada beberapa ibu nifas yang menyakini mitos tersebut sehingga berpengaruh dan kesulitan dalam pengeluaran ASI karena merasa tidak yakin bisa memberikan ASI untuk bayinya. Faktor psikologis karena ada keyakinan dari si ibu bahwa dirinya tidak bisa memberikan ASI inilah yang akan membuat terjadinya hormon oksitosin menurun sehingga pengeluaran ASI terganggu atau tidak segera keluar setelah lahir dan pada akhirnya ibu mengambil keputusan memberikan susu formula saja daripada bayinya tidak minum. Meskipun bukan hanya secara psikis saja yang mempengaruhi pengeluaran ASI pada masa nifas namun masih ada beberapa ketidak siapan yang lainnya baik secara fisik, mental maupun spiritual.

Pada masa nifas merupakan masa yang paling rawan bagi ibu setelah melahirkan. Karena pada masa ini bukan hanya butuh kesiapan fisik saja namun perlu adanya kesiapan baik secara psikis, mental dan spiritual sehingga masa nifas dapat berjalan dengan normal. Salah satu yang menjadi indikator sukses di masa nifas adalah proses menyusui yang dikaitkan dengan suksesnya ibu memberikan ASI Eksklusif. Pemberian ASI Eksklusif di Kota Malang masih rendah sekitar 60% (Asih Trirachmi 2016).

Menurut penelitian Isnaini and Diyanti (2015) didapatkan 64% ASI tidak lancar dan sebanyak 6% mengeluh ASI tidak keluar pada hari pertama yang akhirnya pemberian susu formula menjadi pilihan utama. Sebetulnya tidak keluarnya ASI setelah melahirkan tersebut karena banyak hal yang saling berkaitan yaitu sistem saraf dan rangsangan mekanik serta beberapa hormon yang juga berpengaruh terhadap keluarnya hormon oksitosin. Namun ada beberapa cara yang bisa dilakukan sejak awal bagi ibu yang melahirkan secara normal atau pervaginam yaitu melakukan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) agar membantu terhadap pengeluaran hormon oksitosin. Dengan adanya isapan bayi saat IMD akan merangsang hipotalamus melalui hipofise posterior untuk mengeluarkan hormon oksitosin dan memberikan reseptor pada sistem duktus yang membuat duktus menjadi lunak dan melebar sehingga oksitosin membantu mengeluarkan ASI dari alveoli.

Selain hormon oksitosin namun ada hormon prolaktin juga yang sangat berperan terhadap kelancaran produksi ASI. Oleh karena itu ASI merupakan makanan pokok dan memiliki nilai gizi yang baik bagi bayi demi kelangsungan pertumbuhan dan perkembangannya. Bila setelah melahirkan ASI ibu tidak keluar pastinya akan berdampak buruk terhadap kehidupan bayi karena ASI memiliki nilai gizi

yang tinggi dibandingkan dengan susu formula. Selama ini penggunaan susu formula dijadikan alternatif apabila ASI ibu tidak keluar atau produksi ASI menurun.

Berdasarkan hasil penelitian dari Suryani (2014), pada ibu postpartum hari ke 1 dan ke 2 dengan hasil penelitian  $t$  hitung  $>$   $t$  tabel artinya adalah ada manfaatnya antara pijat tengkuk dan pijat otot pectoralis mayor terhadap keluarnya ASI. Meskipun kedua pijat tersebut yaitu pijat tengkuk dan pijat otot pectoralis mayor memiliki manfaat yang sama yaitu dapat membantu dalam proses pengeluaran ASI namun yang membedakan dengan penelitian ini adalah peneliti ingin menganalisis adakah perbedaan efektifitas antara pijat oksitosin dan pijat otot pectoralis mayor terhadap percepatan pengeluaran ASI pada ibu postpartum.

Berdasarkan hasil penelitian dari Nove Lestari (2017) didapatkan bahwa terdapat perbedaan antara kadar hormon oksitosin dan produksi ASI dalam kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Selama ini yang dilakukan oleh perawat dan bidan dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu paska melahirkan adalah dengan melakukan perawatan payudara namun pijat oksitosin sekarang dapat diaplikasikan dalam membantu ibu paska bersalin yang memiliki produksi ASI kurang.

Selain isapan bayi dengan melakukan pijatan dimana tradisi pijat pada masa nifas sudah banyak dikenal dan diketahui oleh ibu-ibu masa nifas khususnya pada masyarakat jawa. Dalam penelitian dari Kusbandiyah and Puspadewi (2020) salah satu langkah saat melakukan pijat pada masa nifas yaitu pijat oksitosin karena dapat meningkatkan hormon oksitosin yang memberikan manfaat dalam pengeluaran ASI pada masa nifas. Selain pengeluaran ASI pada masa nifas namun produksi ASI yang banyak juga sangat dibutuhkan meskipun hal tersebut banyak hal yang mempengaruhi yaitu nutrisi dan ketenangan psikis dari ibu menyusui. Oleh karena itu perlu diteliti dan difokuskan keuntungan dan seberapa efektif pijat oksitosin dan pijat otot pectoralis pada ibu pada masa nifas terhadap percepatan pengeluaran ASI. Maka dari hal tersebut perlu dilakukan penelitian lebih lanjut.

## Metode

Penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan pendekatan *posttest-only control design*. Penelitian dilaksanakan mulai bulan Juli s.d November 2020 di praktik mandiri bidan (PMB) Kabupaten Malang. Sampel adalah ibu 2 jam postpartum yang diambil secara *purposive sampling* sebanyak 40 responden terbagi atas 20 responden diberikan perlakuan pijat oksitosin dan 20 orang diberikan perlakuan pijat otot pectoralis mayor yang dilakukan setelah 2 jam postpartum sampai hari kelima postpartum. Pemijatan dilakukan 2 kali sehari dan lamanya 2-3 menit. Pada saat 2 jam postpartum pijatan dilakukan oleh peneliti dan peneliti juga mengajarkan kepada responden untuk pijat otot pectoralis mayor dan keluarga yaitu suami responden cara pijat oksitosin dengan harapan pada saat di rumah responden dan suami dapat melakukan pijat tersebut. Data dianalisis secara deskriptif dan analitik bivariat dengan menggunakan uji *man whitney* untuk mengetahui adakah perbedaan rerata atau *mean* yang bermakna antara kelompok pijat oksitosin dan pijat otot pectoralis mayor.

## Hasil dan Pembahasan

**Tabel 1.** Karakteristik Pekerjaan, Pendidikan dan Keberhasilan IMD

Karakteristik	Kategori	N	%
Pekerjaan	Bekerja	16	38,1
	Tidak bekerja	26	61,9
	Total	42	100
Pendidikan	Dasar	3	7,1
	Menengah	36	85,7
	Tinggi	3	7,1
	Total	42	100
Keberhasilan IMD	Tidak Berhasil	12	28,6
	Berhasil	30	71,4
	Total	42	100
Tambahkan Susu Formula	Tidak	23	54,8%
	Ya	19	45,2%
	Total	42	100

Pada tabel 1 terlihat sebanyak 61,9% responden adalah ibu rumah tangga atau tidak bekerja dan yang bekerja hanya 16 responden (38,1%). Data diatas menunjukkan bahwa aktivitas atau yang dikerjakan ibu adalah pekerjaan rumah tangga dimana setiap individu berbeda tingkat aktivitasnya.

Tabel 1 juga menunjukkan tingkat pendidikan responden juga sebagian besar adalah menengah sebanyak 85,7% sedangkan tingkat pendidikan dasar dan tinggi masing-masing sebanyak 7,1%. Selama ini penelitian yang menghubungkan pengetahuan dengan tingkat pendidikan sudah banyak dilakukan dengan hasil bahwa pengetahuan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan orang tersebut. Dengan kata lain bahwa ibu yang tingkat pendidikannya cukup tentunya memiliki dampak terhadap sikap dan perilaku yang baik dalam mengatasi masalah. Begitu juga permasalahan yang terjadi di masa laktasi seperti terjadinya *postpartum blues* yang dapat mengganggu proses menyusui.

Dari tabel 1 juga menunjukkan pada saat setelah persalinan responden dilakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dan sebagian besar responden sebanyak 71,4% berhasil melakukan IMD. Dengan adanya keberhasilan responden dalam melaksanakan IMD juga akan sangat membantu proses laktasi dimana bayi diperkenalkan terlebih dahulu dengan puting susu ibu.

Pada tabel 1 juga menunjukkan setelah 2 jam postpartum semua responden belum mengeluarkan ASI sehingga sebagian ada responden yang memberikan tambahan susu formula sebanyak 54,8% namun ada juga yang tetap memberikan ASI nya meskipun belum keluar sebanyak 45,2%. Pemberian tambahan susu formula ini juga dapat mempengaruhi proses menyusui karena dikhawatirkan bayi mengalami bingung puting sehingga akan mengganggu proses laktasi atau menyusui.

**Tabel 2.** Karakteristik Usia, Paritas dan Berat bayi Lahir

Variabel	Rata-rata	Minimal	Maksimal	Standar Deviasi
Usia	26.20	16.00	37.00	5.49
Paritas	1.81	1.00	4.00	0.78
Berat Lahir Bayi	3.192	2300	4400	4338

Tabel 2 menunjukkan bahwa usia minimal responden 16 tahun dan maksimal berusia 37 tahun. Usia yang sangat tepat bagi seorang wanita untuk hamil sampai dengan proses menyusui yaitu berkisar 20-34 tahun, karena pada usia tersebut kesehatan reproduksi sangat siap baik secara fisik maupun

kondisi gizi dari wanita tersebut. Akan tetapi hal ini tidak berlaku pada wanita yang berusia kurang dari 20 tahun atau lebih dari 35 tahun yang mana hal tersebut sangat berbahaya dari sisi kesehatan reproduksinya.

Tabel 2 juga menunjukkan jumlah anak yang dimiliki oleh responden minimal melahirkan anak pertama (primi) dan maksimal responden memiliki 4 anak (multi) karena berdasarkan data rata-rata responden adalah primipara yang akan menyebabkan terjadinya gangguan pengeluaran ASI yang disebabkan karena ibu baru pertama kali melahirkan dan secara psikologi belum siap dan timbul perasaan bahwa dirinya belum mampu untuk merawat bayinya sehingga ibu menolak untuk menyusui yang menyebabkan payudara tidak dikosongkan dengan baik. Hal tersebut berpengaruh terhadap hormonal yang diterima otak ibu yang menyebabkan air susu ibu lebih sedikit.

Tabel 2 untuk berat badan bayi yang dilahirkan oleh responden minimal sebesar 2.300gram dan maksimal melahirkan dengan berat bayi 4.400gram.

**Tabel 3.** Pengeluaran ASI pada Pijat Oksitosin

Pengeluaran ASI	Kelompok Pijat Oksitosin	
	Jumlah	%
Cepat	18	81,8
Lambat	4	18,2
Total	22	100

Hasil penelitian tabel 3 terlihat kelompok pijat oksitosin untuk pengeluaran ASI lebih banyak pada kategori cepat yaitu 81,8% dibandingkan dengan kategori lambat yaitu sebesar 18,2%.

Peneliti mengkategorikan pengeluaran ASI cepat bila ASI keluar pada hari 1-3 postpartum sedangkan kategori lambat bila ASI keluar pada hari ke 4 postpartum atau lebih. Air Susu Ibu adalah makanan yang sangat baik untuk bayi. Kandungan atau komposisi ASI sangat sesuai untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Selain itu juga air susu ibu memiliki banyak kandungan zat antibodi atau zat kekebalan tubuh yang bisa membuat bayi menjadi lebih sehat dan tidak mudah untuk terkena infeksi. Salah satu manfaat apabila ibu memberikan ASI pada bayinya adalah adanya hubungan emosional yang tinggi yang dapat terjalin sehingga *bounding attachment* antara ibu dan bayi dapat tercapai (Dini kurniawati 2018).

Menurut hasil penelitian Rahayu and Yunarsih (2018), pada ibu menyusui akan mudah mengalami produksi ASI yang berkurang sebagai akibat adanya reflek *let down* mengalami hambatan karena ibu menyusui mudah mengalami stres dan ketidaknyamanan. Dengan melakukan pijat oksitosin akan membantu ibu lebih nyaman dan dapat mengurangi pembengkakan payudara, mengurangi adanya sumbatan ASI serta merangsang dan mempertahankan produksi ASI dan pengeluaran hormon oksitosin pada saat ibu dan bayi sakit (Delima, Arni, and Rosya 2016).

Cara melakukan pijat oksitosin yaitu dengan melakukan pemijatan pada tulang belakang di costa ke 5 - 6 sampai ke scapula. Pijatan tersebut akan mempercepat kerja saraf parasimpatis sehingga merangsang *hipofise posterior* untuk mengeluarkan hormon oksitosin.

**Tabel 4.** Pengeluaran ASI pada Pijat Otot Pectoralis Mayor

Pengeluaran ASI	Kelompok Pijat Otot Pectoralis Mayor	
	Jumlah	%
Cepat	9	45
Lambat	11	55
Total	20	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok pijat otot pectoralis mayor memiliki pengeluaran ASI pada kategori lambat sebanyak 55% (11 responden) dan kategori cepat hanya sebesar 45% (9 responden).

Pengeluaran ASI dikategorikan lambat apabila ASI setelah dilakukan pijat otot pectoralis mayor keluar pada hari ke-4 sedangkan dikategorikan cepat bila pengeluaran ASI nya pada hari 1-3 postpartum. Salah satu cara yang dilakukan untuk memperlancar proses pengeluaran ASI yaitu dengan melakukan masase payudara atau pijat payudara. Masase payudara ini atau pemijatan atau pengurutan pada payudara dapat memberikan rangsangan pada otot-otot payudara yaitu otot pectoralis mayor untuk lebih berkontraksi dan dengan adanya kontraksi inilah yang sangat diperlukan dalam laktasi atau menyusui (Bahiyatun 2008). Hal tersebut diatas sesuai dengan apa yang disampaikan Stevens (2006) bahwa berdasarkan sistem anatomi tubuh manusia, otot pectoralis minor dan mayor berada dalam dada yaitu pada bagian superior dada terdapat otot pectoralis minor sedangkan bagian anterior dada terdapat otot pectoralis mayor di mana kedua hal tersebut bekerja dalam membantu mengembalikan tangan ke posisi semula setelah merentangkan tangan dan gerakan ke dalam pada sekeliling sumbu panjang tulang humerus dan menarik scapula ke arah ventral dan kaudal pars clavicularis melakukan gerakan menekuk pada humerus dan pars sternocostalis melakukan ekstensi humerus. Hal tersebut pastinya memperlancar peredaran darah ke otot terkecil yang ada di payudara, dengan demikian akan terjadi vasodilatasi yang mana aliran darah yang lancar secara otomatis nutrisi dan oksigen untuk pembentukan ASI juga akan semakin lancar.

Terjadinya vasodilatasi sebagai akibat pijat otot pectoralis mayor dapat memperlancar proses aliran darah. Selain dapat memperlancar aliran darah dengan pijat otot pectoralis mayor pada payudara dapat menimbulkan rangsangan karena tiap pembuluh darah memiliki ujung reseptor. Ujung reseptor akan memberikan rangsangan kepada hipotalamus melalui saraf motorik yang ada dan hipotalamus melalui kelenjar hipofise anterior akan mengeluarkan hormon prolaktin yang berfungsi untuk memproduksi ASI. Sedangkan isapan bayi merangsang hipotalamus melalui kelenjar hipofise posterior untuk mengeluarkan hormon oksitosin yang mengakibatkan terjadinya kontraksi sel-sel yang berfungsi untuk memeras ASI sehingga ASI dapat keluar dengan lancar.

**Tabel 5.** Uji Stastik

	Perlakuan
Mann-Whitney U	122.500
Wilcoxon W	375.500
Z	-2.593
Asymp. Sig. (2-tailed)	.010

a. Grouping Variable: Nama Kelompok

Hasil penelitian menunjukkan nilai U sebesar 122 dan nilai W sebesar 375. Apabila dikonversikan ke nilai Z maka besarnya -2,593. Nilai Sig atau P Value  $0,010 < 0,05$  yang artinya terdapat perbedaan yang bermakna antara 2 kelompok di mana kelompok pijat oksitosin lebih cepat pengeluaran ASI dibandingkan dengan pijat otot pectoralis mayor.

Hormon oksitosin merupakan hormon yang diproduksi oleh hipotalamus sebagai akibat adanya isapan bayi yang kemudian akan diteruskan ke hipofise posterior untuk mengeluarkan hormon oksitosin ke dalam darah (Cahya Rosida, Nuraini, and Rihardini 2020). Fisiologi laktasi inilah yang berperan dalam proses pengeluaran ASI dari kelenjar mammae. Pijatan pada tengkuk akan mengeluarkan impuls neural yang merangsang papilla mammae yang merupakan stimulus premier untuk melepaskan oksitosin (Roesli 2009).

Keluarnya hormon oksitosin sebagai akibat adanya isapan bayi melalui puting susu dan areola mammae ibu menyusui yang memberikan rangsangan pada saraf hipotalamus di otak (Iswati, Ayu, and Rosyida 2020). Namun bila ibu menyusui mengalami stres secara emosional akan dapat menghambat proses menyusui seperti produksi ASI berkurang dan ASI tidak keluar dengan lancar sehingga mengakibatkan terjadinya bendungan ASI yang membuat ibu merasakan nyeri dan demam (Setiawandari 2017). Oleh karena itu dengan dilakukan pijat oksitosin pada ibu menyusui sangat membantu ibu menjadi lebih rileks, tenang dan mengurangi nyeri sebagai akibat ASI tidak keluar dengan lancar. Apalagi yang melakukan pijat oksitosin tersebut adalah suami sendiri tentu saja hal tersebut akan terjalin hubungan kasih sayang antara anak, ibu dan bapak. Diketahui dengan pijat oksitosin atau pijat tengkuk ini juga merangsang pengeluaran hormon endorfin yang berefek bisa menenangkan dan ibu bisa lebih rileks sehingga reflek oksitosin dan prolaktin menjadi lancar (Roesli 2009).

Pada penelitian ini membuktikan bahwa pijat oksitosin lebih cepat pengeluaran ASI-nya dibandingkan dengan pijat otot pectoralis mayor, yang mana rata-rata pengeluaran ASI pada pijat oksitosin terjadi pada hari kedua. Oleh karena itu pijat oksitosin dapat dijadikan sebagai salah satu cara atau salah satu yang dapat direkomendasikan bagi tenaga kesehatan untuk membantu ibu postpartum yang mengalami permasalahan tentang pengeluaran ASI.

## **Simpulan**

Dari paparan hasil dan pembahasan diatas maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut: Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok pijat oksitosin untuk pengeluaran ASI lebih banyak pada kategori cepat yaitu 81,8% dibandingkan dengan kategori lambat yaitu sebesar 18,2%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat otot pectoralis mayor memiliki pengeluaran ASI pada kategori lambat sebanyak 55% (11 responden) dan kategori cepat hanya sebesar 45% (9 responden). Hasil penelitian menunjukkan nilai U sebesar 122 dan nilai W sebesar 375. Apabila dikonversikan ke nilai Z maka besarnya -2,593. Nilai Sig atau P Value  $0,010 < 0,05$ . Apabila nilai p value  $<$  batas kritis  $0,05$  artinya terdapat perbedaan yang bermakna antara 2 kelompok yaitu pijat oksitosin lebih efektif dalam percepatan pengeluaran ASI dibandingkan dengan pijat otot pectoralis mayor.

## Daftar Pustaka

- Asih Trirachmi. 2016. "Duh, Ibu ASI Eksklusif Masih Minim Di Malang."
- Bahiyatun. 2008. "Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal." *Jakarta: EGC.*
- Cahya Rosida, Desta Ayu, Indria Nuraini, and Tetty Rihardini. 2020. "Usaha Untuk Meningkatkan Cakupan ASI Eksklusif Dengan Pendekatan Emotional Demonstration 'ASI Saja Cukup.'" *Dedication : Jurnal Pengabdian Masyarakat* 4(1):25–32.
- Delima, Mera, Gina Arni, and Ernalinda Rosya. 2016. "PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI IBU MENYUSUI DI PUSKESMAS PLUS MANDIANGIN." *Jurnal Ipteks Terapan.*
- Dini kurniawati, lantin sulistyorini. 2018. "BUKU AJAR ASUHAN KEPERAWATAN MATERNITAS." *BUKU AJAR ASUHAN KEPERAWATAN MATERNITAS.*
- Isnaini, Nurul, and Rima Diyanti. 2015. "HUBUNGAN PIJAT OKSITOSIN PADA IBU NIFAS TERHADAP PENGELUARAN ASI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS RAJA BASA INDAH BANDARLAMPUNG TAHUN 2015." *Hubungan Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran ASI Di Wilayah Kerja Puskesmas Raja Basa Indah Bandar Lampung Tahun 2015.*
- Iswati, Retno Setyo, Desta Ayu, and Cahya Rosyida. 2020. "Optimalisasi Peran Keluarga Dalam Pencegahan Stunting Melalui Pelatihan Senam Bayi." *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 3(1):102–7.
- Kusbandiyah, Jiarti, and Yuniar Angelia Puspawati. 2020. "Pengaruh Postnatal Massage Terhadap Proses Involusi Dan Laktasi Masa Nifas Di Malang." *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery).*
- Nove Lestari. 2017. "Pijat Oksitosin Pada Ibu Postpartum Primipara Terhadap Produksi Dan Kadar Hormon Oksitosin." *Jurnal Ners Dan Kebidanan.*
- Pranajaya, R., and Novita Rudiyaniti. 2017. "Determinan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui." *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik.*
- Rahayu, Dwi, and Yunarsih. 2018. "Penerapan Pijat Oksitosin Dalam Meningkatkan Produksi ASI Ibu Postpartum." *Ners Community.*
- Roesli, Utami. 2009. "Mengenal Asi Eksklusif." *Trubus Agriwidya.*
- Setiawandari, Setiawandari. 2017. "Efektifitas Ekstrak Sauropus Androgynus (Daun Katuk) Dan Ekstrak Moringa Oleifera Lamk (Daun Kelor) Terhadap Proses Persalinan, Produksi Kolostrumdan Proses Involusi Uteri Ibu Postpartum." *Embrio* 9(I):16–23.
- Stevens, Roger. 2006. "Gray's Anatomy for Students." *The Annals of The Royal College of Surgeons of England.*
- Suryani, Ipang. 2014. "Manfaat Massase Tengkuik Dan Massase Otot Pectoralis Mayor Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Hari Ke 1 Dan 2." *Jurnal Kebidanan.*