

PENERAPAN TERAPI PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM DI RUANG MELATI RS PMC

Ratu Fitria Gemintang*, Dwi Elka Fitri, Isna Ovari

Ilmu Keperawatan STIKes Pekanbaru Medical Center, Pekanbaru, Indonesia

*email: gratufitria@gmail.com

ABSTRAK

Makanan alami pertama bayi Anda adalah ASI. Bayi Anda mendapatkan semua nutrisi dan energi yang dibutuhkannya dalam beberapa bulan pertama kehidupannya dari ASI. Kurangnya stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin, yang penting untuk produksi dan pelepasan ASI, mungkin menjadi penyebab menurunnya produksi dan suplai ASI pada hari-hari awal setelah kelahiran. Makalah penelitian ini ditulis untuk menyelidiki penggunaan perawatan pijat oksitosin untuk meningkatkan aliran ASI pada wanita pascapersalinan yang menerima perawatan di rumah sakit. Melati RS PMC. Investigasi studi kasus ini menggunakan kasus ibu nifas di ruang Jasmine Rs Pmc. Peneliti mengambil sejumlah 15 pasien sebagai responden dengan kriteria inklusi yaitu pasien post partum non abortus tanpa komplikasi post partum, dan mengalami kesulitan menyusui karena ketidakadekuatan suplai ASI. Sedangkan kriteria eksklusi yaitu pasien post partum yang direncanakan pulang 1 hari post partum. Berdasarkan hasil wawancara, didapatkan seluruh responden berusia antara 20 hingga 30 tahun. Beberapa responden merupakan ibu multipara sedangkan sebagian lainnya primipara. Dari hasil pengkajian terhadap responden, didapati kelima belas responden mengalami kesulitan untuk menyusui. Hasil pemberian pijat oksitosin pada 15 responden yaitu waktu pengeluaran ASI lebih cepat dan pengeluaran Asi meningkat terutama pada hari kedua implementasi, serta membuat klien rileks. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin merupakan teknik solusi nonfarmakologis terhadap permasalahan ketidakefisienan pemberian ASI pada ibu nifas yang tidak mampu mengeluarkan ASI.

Kata Kunci: ASI, Oksitosin, Post Partum

ABSTRACT

Your baby's first natural food is breast milk. Your baby gets all the nutrition and energy he needs in the first few months of life from breast milk. Lack of stimulation of the hormones prolactin and oxytocin, which are important for the production and release of breast milk, may be the cause of decreased milk production and supply in the early days after birth. This research paper was written to investigate the use of oxytocin massage treatment to increase breast milk flow in postpartum women receiving hospital care. Jasmine Rs Pmc. This case study investigation uses the case of a postpartum mother in the Jasmine room of Rs Pmc. Researchers took a total of 15 patients as respondents with the inclusion criteria, namely non-abortive post partum patients without post partum complications, and experiencing difficulty breastfeeding due to inadequate breast milk supply. Meanwhile, the exclusion criteria are post partum patients who are planned to go home 1 day post partum. Based on the results of interviews, it was found that all respondents were aged between 20 and 30 years. Some respondents are multiparous mothers while others are primiparous. From the results of the study of respondents,

it was found that fifteen respondents had difficulty breastfeeding. The results of giving oxytocin massage to fifteen respondents were that breast milk production time was faster and breast milk production increased, especially on the second day of implementation, and made the client relax. Thus, it can be concluded that oxytocin massage is a non-pharmacological solution technique to the problem of inefficient breastfeeding for postpartum mothers who are unable to express breast milk.

Keywords: *Breast milk, Oxytoci, Postpartum*

Histori Artikel:

Diserahkan: 10 September 2026 Diterima setelah Revisi: 22 September 2026 Diterbitkan: 31 Desember 2026

PENDAHULUAN

Bayi hanya boleh disusui selama enam bulan setelah lahir, menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Karena sedikitnya jumlah ASI yang diproduksi, hal ini biasanya tidak diikuti. Pada tahun 2025, WHO menginginkan setidaknya 50 bayi berusia kurang dari enam bulan hanya mengonsumsi ASI (WHO, 2013). Persentase wanita Indonesia yang memberikan ASI eksklusif pada tahun 2019 mencapai 54%, berkaitan dengan target renstra sebesar 42%, berarti angka bayi yang mendapat ASI eksklusif telah mencapai target. (Sary & Kes, 2021).

Meskipun Kementerian Kesehatan berencana mengeluarkan Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 450/Menkes/SK/IV/2004 tentang Pemberian ASI Eksklusif, Provinsi Kepulauan Riau masih memiliki tingkat keberhasilan pemberian ASI eksklusif yang buruk. Hanya 80% ibu yang segera mengeluarkan ASI setelah melahirkan karena memerlukan kombinasi kompleks rangsangan mekanis, neurologis, dan hormonal yang memengaruhi tubuh. berdampak pada pelepasan oksitosin. Pelepasan hormon oksitosin dipengaruhi oleh reseptor yang terdapat pada sistem saluran susu selain dipengaruhi oleh makanan bayi. Jika saluran susu melebar atau melunak, oksitosin akan dilepaskan secara refleks oleh kelenjar pituitari yang berperan menghisap susu. alveoli. (Wulandari et al., 2014).

Pijat oksitosin merupakan salah satu metode untuk mengatasi variasi produksi ASI. Refleks menurun diinduksi oleh pijat oksitosin. Area di belakang tulang belakang dipijat selama pijat oksitosin, yang membantu wanita merasa tenang dan sehat setelah melahirkan. Perasaan nyaman, rileks, dan sehat pada ibu akan merangsang tubuh memproduksi hormon oksitosin. Sebaiknya lakukan pijatan ini sebelum menyusui (Kiftia, 2015).

Permasalahan dalam penelitian ini dapat dinyatakan sebagai “Penerapan Terapi Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas Di Ruang Melati RS PMC” berdasarkan latar belakang masalah yang telah disebutkan diatas.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana ibu nifas di ruang Melati RS PMC dapat menggunakan terapi pijat oksitosin untuk meningkatkan aliran ASI.

METODE

Penelitian studi kasus ini mengambil kasus ibu-ibu yang baru saja melahirkan di Ruang Melati Rumah Sakit PMC. Peneliti mengambil sejumlah 15 pasien sebagai responden dengan kriteria inklusi yaitu pasien post partum non abortus tanpa komplikasi post partum, dan mengalami kesulitan menyusui karena ketidakadekuatan suplai ASI. Sedangkan kriteria eksklusi yaitu pasien post partum yang

direncanakan pulang 1 hari post partum. Peneliti mengambil lokasi penelitian di RS PMC, dimulai dari tanggal 4 Juli sampai dengan 8 Juli 2023.

Klien 1: Klien 1 mengatakan masih merasa ngilu pada area luka operasi SC, tetapi masih bisa berjalan ke kamar mandi dan beraktivitas. Sejak hari pertama melahirkan klien juga mengatakan nyeri pada payudaranya dan ketika menyusui bayinya, ASI hanya keluar sedikit sehingga bayi diberi susu formula. Klien 1: Klien mengatakan merasa senang setelah anaknya lahir, dan sudah tahu bagaimana cara menyusui yang benar. Tetapi dia masih ragu tentang apa yang harus dilakukan. jika ASI keluar sedikit dan hanya bisa mengganti ASI dengan susu formula karena bayinya terkadang menolak untuk menghisap puting. Diagnosa keperawatan utama berdasarkan pengkajian pada kelima klien di atas yaitu Pemberian ASI yang tidak efektif berhubungan dengan kurangnya refleksi oksitosin pada ASI, ditandai dengan ASI tidak mengalir, ibu merasa lelah, bayi menangis saat menyusui, bayi menolak menyusu, nyeri dalam. (PPNI, 2018).

Hasil penelitian 15 responden bidang keperawatan. Pada tanggal 4 Juli hingga 8 Juli 2023, asuhan keperawatan dimulai dengan pengkajian, analisis data, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, pelaksanaan keperawatan, dan evaluasi keperawatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Mulai tanggal 4 Juli hingga 8 Juli 2023, asuhan keperawatan akan diberikan dalam studi kasus ini. Berdasarkan hasil penilaian pada studi kasus ini, terdapat 15 responden yang menyatakan ketidakpuasan terhadap jumlah ASI yang diproduksi.



Gambar 1. Pijat Oksitosin

Tabel 1. Analisa Data Responden Post Partum dengan Ketidakadekuatan Suplai ASI di RS PMC Tahun 2023

Data	Etiologi	Masalah
DS: Sebanyak 15 responden mengatakan kesulitan dalam menyusui bayinya karena ASI tidak keluar	Perubahan pada payudara ibu ↓ Prolactin meningkat ↓ Ketidakadekuatan refleksi oksitosin ↓ Saluran ASI sempit ↓ Menyusui tidak efektif	Menyusui tidak efektif
Sebanyak 15 responden mengatakan nyeri tekan pada payudaranya Satu responden mengatakan kurang mengetahui bagaimana cara menyusui yang benar Satu responden mengatakan bayinya menolak menyusui dari putingnya dan hanya bisa diberi susu formula		
DO: Payudara terasa keras pada kelima responden ASI tidak memancar saat payudara dipijat		

Diagnosa keperawatan utama berdasarkan pengkajian pada kelima klien di atas yaitu Pemberian ASI yang tidak efektif berhubungan dengan refleksi oksitosin ASI yang tidak memadai, ditandai dengan kurangnya produksi ASI, ibu merasa kelelahan, bayi Menangis saat menyusu, bayi menolak menyusu, nyeri dada (PPNI, 2018).

Tabel 2. Rencana Asuhan Keperawatan pada Pasien Nifas di Rumah Sakit dengan Pemberian ASI Tidak Efektif PMC Tahun 2023

Diagnosa Keperawatan	Perencanaan	
	Tujuan	Intervensi
Menyusui tidak efektif berhubungan dengan ketidakadekuatan refleks oksitosin ASI ditandai dengan ASI tidak memancar, ibu merasa kelelahan, bayi menangis saat disusui, bayi tidak mau mengambil botol, nyeri tekan pada payudara	Setelah diberikan intervensi keperawatan selama 1x24 jam, dengan hasil kriteria tersebut diharapkan: 1. Bayi lebih melekat pada payudara ibu 2. Tetsan/pancam ASI meningkat 3. Tingkat produksi asi lebih cepat 4. Payudara ibu jadi lebih kosong setelah ibu menyusui 5. Bayi menjadi tidak rewel 6. Mengurangi rasa gelisah ibu	Edukasi tentang Menyusui (I.12393) <i>Observasi:</i> 1. tentukan tujuan atau prefensi menyusui <i>Terapeutik:</i> 2. menawarkan materi dan media Pendidikan kesehatan 3. memberikan kesempatan untuk bertanya 4. Membantu ibu meningkatkan rasa percaya diri saat menyusui 5. Bergabunglah dengan sistem pendukung seperti suami dan keluarga <i>Pendidikan:</i> 6. Menjelaskan manfaat ASI bagi ibu dan bayi 7. Pelajari 4 Posisi Menyusui dan Dapatkan Posisi yang Tepat 8. Pelajari cara merawat payudara dengan air hangat dan minyak kelapa 9. Ajarkan pijat oksitosin

Tabel 3. Implementasi dan Evaluasi Asuhan Keperawatan Pasien Nifas di Rumah Sakit PMC dengan Pemberian ASI Tidak Efektif Tahun 2023

Pertemuan ke-	Tanggal/Jam	Implementasi	Evaluasi
1	05/07/2023 Pukul 07.00	<i>Observasi:</i> 1. putuskan apakah anda ingin menyusui <i>Terapeutik:</i> 2. penyediaan media dan materi pendidikan kesehatan 3. pastikan ada waktu untuk bertanya 4. membantu ibu lebih percaya diri menyusui. 5. Melibatkan jaringan motivasi suami dan keluarga <i>Edukasi:</i> 6. jelaskan manfaat menyusui untuk ibu dan bayi 7. peragakan empat posisi menyusui dan letakan dengan benar 8. Mengajarkan cara merawat payudara (breast care) dengan kompres air hangat dan minyak kelapa 9. Mengajarkan pijat oksitosin	S: - Semua klien mengatakan lebih relaks setelah dilakukan pijat oksitosin - Satu klien mengatakan payudaranya tidak sakit lagi setelah mempraktikkan perlekatan bayi yang benar O: - Semua Klien melakukan pijat oksitosin Sebelum dilakukan pijat oksitosin ASI keluar : selang 4 jam. Setelah diberikan pijat oksitosin ASI keluar : selang waktu 1 jam. - Semua klien dapat menjelaskan kembali manfaat menyusui bagi ibu dan bayi - Semua klien dapat mempraktikkan kembali 4 posisi menyusui dengan benar - Semua klien dapat menjelaskan dan mempraktikkan kembali perawatan payudara - ASI menetes sedikit setelah pijat oksitosin dilakukan - Bayi dapat menyusui sebentar tetapi masih menangis saat menyusui A: Menyusui tidak efektif teratasi sebagian P: Lanjutkan intervensi

2	08/07/2023	<i>Terapeutik:</i>	S:
	Pukul 07.30	1. Memberikan waktu dan ruang untuk bertanya 2. Memotivasi ibu meningkatkan kepercayaan diri dalam menyusui 3. Merangkul sistem pendukung: suami dan keluarga 4. Mengajarkan pijat oksitosin pada klien dan keluarga	- Semua klien mengatakan lebih relaks setelah dilakukan pijat oksitosin - Semua klien mengatakan ASI lebih banyak keluar daripada sebelumnya dan bayinya dapat menyusui meskipun ASI belum memancar deras
		<i>Edukasi:</i>	O:
			- ASI memancar saat payudara dipijat - Waktu keluar ASI lebih cepat daripada sebelum dipijat oksitosin
			Sebelum diberikan pijat oksitosin ASI keluar selang waktu 4 jam
			Setelah diberikan pijat oksitosin ASI keluar selang waktu 1 jam.
			- Bayi dapat menyusui tanpa menangis - Keluarga klien dapat mempraktikkan kembali pijat oksitosin
			A: Menyusui tidak efektif dapat teratasi
			P: Intervensi dilanjutkan dengan mandiri

Berdasarkan hasil wawancara, didapatkan seluruh responden berusia antara 20 hingga 30 tahun. Sebagian responden merupakan ibu multipara sedangkan sebagian lainnya primipara. Dari hasil pengkajian terhadap responden, didapati kelima belas responden mengalami kesulitan untuk menyusui. Menurut Hhidayat (2023), Usia merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI. Dibandingkan dengan ibu yang lebih tua (berusia >35 tahun), ibu yang lebih muda (berusia 21 hingga 35 tahun) memproduksi ASI lebih banyak.

Peneliti melakukan teknik pijat oksitosin terhadap 15 ibu post partum. Peneliti mendemonstrasikan sekaligus mengajarkan teknik pijat oksitosin kepada klien sebanyak 1 kali perhari sebanyak 2 kali, dimulai dari tanggal 04 Juli 2023 hingga 8 Juli 2023. Implementasi teknik pijat oksitosin dilaksanakan selama 15-30 menit. Hasil dari pemberian pijat oksitosin pada 15 responden, yaitu waktu pengeluaran ASI lebih cepat dan pengeluaran ASI meningkat terutama pada hari kedua implementasi, serta membuat klien rileks.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Ismanti & Musfirowati, 2021; Munir et al., 2019; Saputri et al., 2019) menunjukkan bahwa sesudah

melahirkan, terapi pijat oksitosin dapat membantu ibu memproduksi ASI lebih banyak. Selain itu, pijat oksitosin dapat meningkatkan waktu menyusui dan kenyamanan ibu pasca melahirkan. (Purnamasari, 2020). Menurut penelitian, pijat payudara dan perawatan dengan oksitosin dapat meningkatkan jumlah ASI pada ibu pasca melahirkan. (Kartini et al., 2023)

Dengan memperhatikan beberapa penelitian mengenai pijat oksitosin untuk meningkatkan waktu pengeluaran volume ASI, Menurut penelitian ini, pijat oksitosin meningkatkan produksi ASI. Hal ini sangat bermanfaat bagi praktisi ilmu keperawatan untuk dapat menerapkan teknik non farmakologis ini dalam mengatasi menyusui tidak efektif. Penerapan teknik pijat oksitosin juga mudah diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari karena merupakan teknik tanpa biaya dan peralatan khusus. Klien hanya perlu mengatur posisi duduk dengan nyaman, kemudian mengatur pernafasan agar merasa rileks, dan dilakukan pijat oksitosin oleh keluarga klien (Purnamasari, 2020).

Analisa yang didapatkan pada tabel 3 adalah bahwa rata rata ke 15 responden memproduksi Asi dalam waktu 4 jam, namun setelah diberikan terapi pijat oksitosin responden dapat memproduksi Asi dalam 1 jam. Dalam analisa ini responden juga mengatakan

lebih merasa relaks setelah melakukan pijat oksitosin tersebut.

Berdasarkan data tersebut penulis juga dapat mengambil kesimpulan bahwa terapi pijat oksitosin dapat berdampak terhadap produksi ibu menyusui pasca melahirkan di Ruang Melati RS PMC.

SIMPULAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah suatu bentuk makanan yang memenuhi kebutuhan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual bayi secara seimbang. Nutrisi, hormon, penguat sistem kekebalan tubuh, serta zat anti alergi dan anti inflamasi semuanya terdapat dalam ASI. Pengkajian yang dilakukan pada 15 responden menunjukkan bahwa klien mengalami menyusui tidak efektif sehingga diberikan intervensi pijat oksitosin. Berdasarkan hasil penelitian ini, penerapan pijat oksitosin secara nyata mampu memperlancar dan memperbanyak ASI serta meningkatkan waktu pengeluaran ASI setelah pemijatan kali kedua. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terapi non-farmakologis yang disebut pijat oksitosin dapat digunakan untuk mengobati masalah buruknya pemberian ASI yang disebabkan oleh ketidakmampuan ibu nifas dalam mengeluarkan ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Hidayat, F. D. (2023). Analisis struktur kovarians indikator terkait kesehatan pada lansia yang tinggal di rumah, dengan fokus pada kesadaran subjektif terhadap kesehatan. *Judul*, 9(1), 31–41.
- Kartini, M., Kusumadewi, N., & Waluyo, N. (2023). Efektivitas massage untuk meningkatkan produksi Air Susu Ibu (ASI) pada ibu postpartum. *Nama Jurnal*, 12(1).
- Kiftia, M. (2015). Pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap produksi ASI

pada ibu post partum. *Jurnal Ilmu Keperawatan Universitas Syiah Kuala*, 3(1), 42–49.
<https://www.jurnal.unsyiah.ac.id/JIK/article/view/5128/4307>

Sary, M. (2021). Yang benar di Ruang Kebidanan RSUD Raden Mattaher Kota Jambi tahun 2021. *Jurnal Kebidanan*, 11(2).

Wulandari, F. T., Aminin, F., & Dewi, U. (2014). Pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu post partum di Rumah Sakit Umum Daerah Provinsi Kepulauan Riau. *Jurnal Kesehatan*, 5(2), 173–178.