

DAMPAK TERAPI PIJAT OKSITOSIN SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU POST SECTIO CAESAREA DI RSUD DR. H. KOESNADI BONDOWOSO

Ratu Pradiva Santoso Permatasari¹, Dwi Yunita Haryanti²

ratupradivaasp@gmail.com¹, dwiunita@unmuh.ac.id²

Muhammadiyah Jember

ABSTRAK

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi terbaik bagi bayi. Fenomena saat ini menunjukkan bahwa ibu post sectio caesarea sering mengalami hambatan dalam pengeluaran ASI akibat nyeri post operasi, keterbatasan mobilitas, dan stress pasca persalinan. Salah satu metode nonfarmakologis yang dapat diterapkan untuk membantu mengatasi kondisi ini adalah pijat oksitosin. Studi kasus ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan terapi pijat oksitosin sebagai upaya meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post sectio caesarea. Metode : Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus deskriptif non-analitik. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi selama tiga hari berturut-turut pada ibu post sectio caesarea di ruang rawat RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso. Hasil : Penelitian ini menggambarkan adanya perbaikan kelancaran pengeluaran ASI setelah terapi pijat oksitosin. Rembesan ASI mulai tampak pada hari pertama, volume ASI meningkat pada hari kedua, dan ibu dapat melakukan pemerahan mandiri pada hari ketiga. Pasien juga menunjukkan respon emosional positif berupa rasa nyaman, tenang, dan percaya diri dalam proses menyusui. Kesimpulan : Terapi pijat oksitosin dapat diterapkan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis untuk mendukung proses menyusui pada ibu post sectio caesarea, dengan membantu kelancaran pengeluaran ASI serta meningkatkan rasa nyaman ibu pascaoperasi

Kata Kunci : Ibu Post Sectio Caesarea, Pengeluaran ASI, Pijat Oksitosin

ABSTRACT

Breast milk is the best source of nutrition for infants. Recent phenomena indicate that mothers who undergo sectio caesarea often experience obstacles in breast milk expression due to surgical wound pain, limited mobility, and psychological stress. One non-pharmacological method that can be applied to help address this condition is oxytocin massage. This study aims to describe the implementation of oxytocin massage therapy as an effort to improve the smooth release of breast milk in post sectio caesarea mothers. Methods : This research used a descriptive non-analytic case study approach. Data were collected through observation over three consecutive days with post sectio caesarea mothers in the inpatient ward of dr. H. Koesnadi Regional Public Hospital Bondowoso. Results : The study describes improvements in the smooth release of breast milk after oxytocin massage therapy. Milk leakage began to appear on the first day, milk volume increased on the second day, and the mother was able to perform manual milk expression independently on the third day. The patient also showed positive emotional responses, including feeling comfortable, calm, and confident during breastfeeding. Conclusion : Oxytocin massage therapy can be applied as a non-pharmacological nursing intervention to support the breastfeeding process in post sectio caesarea mothers, helping to improve the smooth release of breast milk and increasing maternal comfort after surgery.

Keywords : Breast Milk Expression, Oxytocin Massage, Post Sectio Caesarea Mother

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi utama dan terbaik bagi bayi baru lahir karena mengandung zat gizi lengkap serta komponen imunologis yang penting dalam menunjang tumbuh kembang dan ketahanan tubuh bayi terhadap infeksi (Nurbaiti, 2021). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan Kementerian Kesehatan RI menganjurkan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Namun, hambatan sering muncul, terutama pada ibu yang melahirkan melalui prosedur sectio caesarea (SC), di mana nyeri luka, keterbatasan mobilitas, dan stres berkontribusi dalam menghambat proses laktasi (Noviyana et al., 2022). Laporan WHO (2023) menunjukkan bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif secara global baru mencapai 38%, jauh di bawah target global sebesar 50% pada tahun 2025. Di Indonesia, cakupan ini hanya mencapai 70,01% (Kemenkes RI, 2023), dengan Jawa Timur mencatat 74,14% dan Kabupaten Bondowoso 72,68%, masih di bawah target Millennium Development Goals sebesar 80%. Sebuah studi oleh (Cahyanti et al., 2023) menyebutkan bahwa 82,75% ibu post sectio caesarea tidak melakukan inisiasi menyusui dini (IMD), dibandingkan dengan 62,75% pada ibu melahirkan pervaginam.

Studi terdahulu telah mengevaluasi berbagai pendekatan nonfarmakologis dalam mendukung pengeluaran ASI. Penelitian oleh (Lahu & Yeni, 2024) menunjukkan bahwa terapi pijat oksitosin yang dilakukan dua kali sehari selama empat hari dapat secara signifikan meningkatkan produksi ASI pada ibu post SC. Hasil serupa dilaporkan oleh (Ayu et al., 2024), yang mendapati peningkatan volume ASI dari 0,5 cc menjadi 180 cc per hari setelah intervensi pijat oksitosin selama tiga hari. Selain itu (Sukmawati & Nancy, 2024) menemukan bahwa pijat oksitosin dapat mempercepat pengeluaran kolostrum, sementara penelitian oleh (Ellyn et al., 2023) mengungkapkan manfaat relaksasi dan peningkatan kepercayaan diri pada ibu menyusui setelah tindakan pijat oksitosin. Meskipun berbagai penelitian telah mendukung efektivitas pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI, studi yang menggambarkan secara rinci pengalaman fisiologis dan psikologis ibu post sectio caesarea selama proses intervensi ini dalam konteks studi kasus masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan dalam mendeskripsikan secara holistik respons ibu terhadap terapi pijat oksitosin, baik dari sisi fisik (volume ASI, refleks let-down) maupun emosional (rasa nyaman dan percaya diri), dalam konteks klinis lokal di RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso.

Berdasarkan latar belakang dan studi sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimanakah dampak terapi pijat oksitosin terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post sectio caesarea di RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dampak terapi pijat oksitosin dalam meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post sectio caesarea, dengan fokus pada perubahan fisiologis dan psikologis yang terjadi setelah intervensi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif non-analitik yang bertujuan menggambarkan dampak terapi pijat oksitosin terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post sectio caesarea. Lokasi penelitian berada di Ruang Mawar RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso pada bulan Juni 2025. Subjek penelitian adalah satu ibu post sectio caesarea yang dipilih secara purposive berdasarkan kriteria inklusi, yaitu pascaoperasi 24–48 jam, kondisi stabil, dan bersedia menyusui. Intervensi berupa pijat oksitosin dilakukan dua kali

sehari selama 15 menit selama tiga hari berturut-turut, sesuai Standar Operasional Prosedur (SOP), dengan fokus pemijatan pada area vertebra torakalis T5–T6. Instrumen utama yang digunakan adalah lembar observasi untuk mencatat indikator kelancaran pengeluaran ASI seperti rembesan, peningkatan volume, dan refleks let-down. Data dianalisis secara deskriptif berdasarkan perubahan harian, baik dari aspek fisiologis maupun respons psikologis subjek selama terapi berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Intervensi pijat oksitosin dilakukan pada seorang ibu post sectio caesarea selama tiga hari berturut-turut, dua kali sehari selama 15 menit. Hasil observasi menunjukkan adanya perkembangan pengeluaran ASI setiap harinya, baik dari aspek kuantitatif maupun psikologis. Tabel berikut menggambarkan hasil perkembangan kelancaran pengeluaran ASI.

Tabel 1. Perkembangan Kelancaran Pengeluaran ASI Pasca Pijat Oksitosin

Hari ke-	Volume ASI (ml)	Kondisi payudara	Respon pasien
1	Rembesan sedikit	Payudara tegang dan sedikit nyeri	Pasien cemas, ragu, namun kooperatif dan berharap ASI bias segera keluar
2	± 5 ml (pagi), ±10 ml (sore)	Payudara lebih ringan, tapi masih sedikit ringan dan tidak nyeri	Pasien lebih rileks, percaya diri, mulai aktif bertanya dan mencoba memerah ASI
3	±15 ml	Payudara lunak dan tidak bengkak	Pasien percaya diri, nyaman, mandiri memerah ASI dan optimis untuk melanjutkan rutinitas pumping

Temuan ilmiah dari penelitian ini menunjukkan bahwa terapi pijat oksitosin mampu mempercepat dan meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post sectio caesarea. Secara fisiologis, efek ini dapat dijelaskan melalui stimulasi hormon oksitosin, yang dilepaskan dari hipofisis posterior akibat rangsangan pada area vertebra torakalis T5–T6 selama pemijatan (Muliawati, 2021). Oksitosin berperan dalam kontraksi sel mioepitel di alveolus payudara, sehingga mendorong ASI menuju duktus laktiferus dan keluar melalui puting (Dewi et al., 2022). Peningkatan volume ASI yang signifikan antara hari pertama hingga ketiga mencerminkan bahwa refleks let-down menjadi lebih optimal setelah terapi. Selain itu, respons emosional ibu yang semakin stabil juga mendukung pelepasan oksitosin karena rasa nyaman dan rileks mempercepat proses neuroendokrin tersebut. Secara ilmiah, keadaan emosional positif terbukti meningkatkan sekresi oksitosin dan prolactin (Widiastuti & Jati, 2020).

Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh (Lahu & Yeni, 2024) yang menemukan bahwa pijat oksitosin dua kali sehari selama empat hari meningkatkan produksi ASI secara signifikan. Penelitian (Ayu et al., 2024) juga menunjukkan bahwa pijat oksitosin meningkatkan volume ASI dari 0,5 cc menjadi 180 cc/hari. Penelitian oleh (Sukmawati & Nancy, 2024) bahkan melaporkan bahwa pijat oksitosin mempercepat waktu pengeluaran

kolostrum dari 25 jam menjadi 20 jam. Perbandingan ini menunjukkan bahwa efektivitas pijat oksitosin sebagai intervensi nonfarmakologis telah dikonfirmasi oleh berbagai studi. Namun, keunikan dari penelitian ini terletak pada dokumentasi perubahan psikologis ibu selama terapi, yang menunjukkan peningkatan rasa percaya diri dan kenyamanan menyusui dari hari ke hari. Ini memperkuat pandangan bahwa keberhasilan menyusui tidak hanya ditentukan oleh aspek fisiologis, tetapi juga sangat bergantung pada stabilitas emosional ibu.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mendukung hipotesis bahwa terapi pijat oksitosin dapat meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI serta memberikan manfaat psikologis pada ibu post SC. Hal ini penting untuk dipertimbangkan dalam praktik keperawatan maternitas, terutama dalam mendukung pemberian ASI eksklusif pascaoperasi.

KESIMPULAN

Terapi pijat oksitosin terbukti memberikan dampak positif terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post sectio caesarea. Temuan ilmiah menunjukkan bahwa pijat oksitosin mampu merangsang pelepasan hormon oksitosin yang memperkuat refleksi let-down, mempercepat rembesan awal ASI, dan meningkatkan volume ASI secara progresif. Selain manfaat fisiologis, intervensi ini juga menghasilkan perubahan positif pada kondisi emosional ibu, seperti meningkatnya rasa nyaman dan kepercayaan diri dalam proses menyusui. Dengan demikian, pijat oksitosin dapat dipertimbangkan sebagai intervensi nonfarmakologis yang efektif untuk mendukung pemberian ASI eksklusif pada ibu pasca operasi. Gagasan selanjutnya dari penelitian ini adalah melakukan uji efektivitas dalam skala lebih besar dengan pendekatan kuantitatif untuk memperkuat generalisasi hasil serta mengintegrasikan pijat oksitosin ke dalam standar asuhan keperawatan maternitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu, W., Mahsusiah, O., Munir, Z., Eka, N., & Dewi, C. (2024). Penerapan Pijat Oksitoksin Pada Ibu Post Partum Primipara Dengan Diagnosa Medis P1001 Post SC Hari Ke-1 Di Ruang Persiti Ibu. *Indonesian Journal of Science*, 1(3), 506–511. <http://science.web.id/>
- Cahyanti, A., Rilyani, R., & Wardiyah, A. (2023). Asuhan keperawatan pada ibu post sectio cesarea (SC) dengan masalah keperawatan ketidakefektifan pemberian ASI menggunakan pijat oksitosin. *THE JOURNAL OF Mother and Child Health Concerns*, 3(2), 68–76. <https://doi.org/10.56922/mchc.v3i2.414>
- Dewi, I. M., Wulandari, A., & Basuki, P. P. (2022). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum. *Jurnal Keperawatan*, 14(1), 53–60. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v14i1.16>
- Ellyn Rochmiati, Hermawati, F. P. (2023). Penerapan Pijat Oksitosin Untuk Melancarkan Asi Pada Pasien Post Sectio Caessarea Di Ruang Ponek Rsud Dr. Soeratno Gemolong. *IJOH: Indonesian Journal of Public Health*, 01(01), 70–78. <https://jurnal.academiacenter.org/index.php/IJOH>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2023. Laporan Kinerja Kementrian Kesehatan Tahun 2022. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lahu, Y. E., & Yeni, R. I. (2024). Efektivitas Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Post Sectio Caesarea. *Menara Medika*, 7(1), 118–124. <https://doi.org/10.31869/mm.v7i1.5690>
- Muliawati, D. (2021). Pengetahuan Ibu Hamil tentang Breast Care dan Pijat Oksitosin pada Ibu Masa Nifas. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 12(02), 192–198. https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0,5&qsp=3&q=manfaat+pijat+oksitosin+i

- bu+hamil&qst=bb#d=gs_qabs&t=1658062242504&u=%23p%3D5_9SKHzjdzYJ
- Noviyana, N., Lina, P. H., Diana, S., Dwi, U., Eni, N., Fransisca, A., Lataminarni, S., Rani, H. W., Ruth, A., & Welmi, S. (2022). Efektifitas Pijat Oksitosin dalam Pengeluaran ASI. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 5(1), 23–33. <https://doi.org/10.32584/jikm.v5i1.1437>
- Nurbaiti, N. (2021). Pengetahuan dan Sikap Ibu terhadap Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(2), 300. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.335>
- Sukmawati, H., & Nency, O. (2024). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Post Sectio Caesaria. *Jurnal JKFT: Universitas Muhammadiyah Tangerang*, 9(1), 55–62.
- Widiastuti, Y. P., & Jati, R. P. (2020). Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Dengan Operasi Sesar. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 9(3), 282. <https://doi.org/10.31596/jcu.v9i3.633>