

Penerapan Pijat Oksitosin untuk Melancarkan Produksi Asi pada Pasien Post Sectio Caesarea di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto

Lutfiana Eka Bimayanti^{1*}, Ema Wahyu Ningrum²

¹⁻²Program Studi Profesi Ners, Universitas Harapan Bangsa, Indonesia

Email: lutfianaekabimayanti@gmail.com¹, ema@uhb.ac.id²

*Penulis Korespondensi: lutfianaekabimayanti@gmail.com

Abstract. *Cesarean section is a surgical procedure performed to deliver a baby through abdominal and uterine incisions. Mothers after cesarean section often experience delayed breast milk production due to postoperative pain, limited mobility, stress, anxiety, and the effects of anesthesia, which may interfere with the early initiation and continuation of breastfeeding. These conditions can reduce maternal confidence and negatively affect exclusive breastfeeding practices. Oxytocin massage is a non-pharmacological nursing intervention that stimulates the release of oxytocin, enhances the milk ejection reflex, promotes relaxation, and improves breast milk flow. This case study aimed to describe the implementation of oxytocin massage in increasing breast milk production in a post-cesarean section patient. The subject was Mrs. S, a 36-year-old woman who underwent a cesarean section and was treated at RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. Oxytocin massage was performed for approximately 5 minutes before expressing breast milk during the nursing care period. Breast milk production was observed and documented daily. The results showed that expressed breast milk increased from 1 cc on the first day to 2 cc on the second day after the intervention. These findings suggest that oxytocin massage may be an effective, safe, and simple nursing intervention to support breastfeeding and enhance breast milk production in post-cesarean section mothers.*

Keywords: *Breast Milk; Breastfeeding; Cesarean Section; Lactation; Oxytocin Massage.*

Abstrak. *Sectio caesarea merupakan prosedur pembedahan untuk melahirkan bayi melalui insisi pada dinding abdomen dan uterus. Ibu pasca sectio caesarea sering mengalami keterlambatan produksi ASI akibat nyeri pascaoperasi, keterbatasan mobilitas, stres, kecemasan, serta efek anestesi yang dapat menghambat proses laktasi dan inisiasi menyusui dini. Kondisi tersebut berpotensi menurunkan kepercayaan diri ibu dalam menyusui dan menghambat keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut adalah pijat oksitosin. Pijat oksitosin bekerja dengan merangsang pelepasan hormon oksitosin sehingga memperlancar refleksi pengeluaran ASI, meningkatkan relaksasi, dan mendukung kelancaran proses menyusui. Studi kasus ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI pada pasien pasca sectio caesarea. Subjek penelitian adalah Ny. S, usia 36 tahun, yang menjalani perawatan di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. Pijat oksitosin dilakukan selama kurang lebih 5 menit sebelum proses pemerahan ASI pada setiap sesi tindakan keperawatan. Hasil menunjukkan bahwa produksi ASI meningkat dari 1 cc pada hari pertama menjadi 2 cc pada hari kedua setelah intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa pijat oksitosin dapat menjadi intervensi keperawatan yang efektif, aman, dan mudah diterapkan untuk membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu pasca sectio caesarea.*

Kata kunci: Pijat Oksitosin, ASI, Post Sectio Caesarea, Laktasi, Keperawatan Maternitas

1. LATAR BELAKANG

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi terbaik bagi bayi karena mengandung zat gizi lengkap, antibodi, enzim, dan faktor pertumbuhan yang sangat penting untuk perkembangan bayi. WHO merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan karena terbukti mampu menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi. Pada ibu yang menjalani sectio caesarea, proses laktasi sering mengalami hambatan. Kondisi nyeri pascaoperasi, efek anestesi, keterbatasan mobilisasi, serta kecemasan dapat menghambat

refleks oksitosin sehingga pengeluaran ASI menjadi terlambat. Keadaan ini sering menyebabkan ibu merasa khawatir dan kurang percaya diri dalam memberikan ASI kepada bayinya.

Pijat oksitosin merupakan teknik pemijatan pada area sepanjang tulang belakang hingga costa kelima dan keenam yang bertujuan merangsang pelepasan hormon oksitosin. Hormon oksitosin berperan penting dalam refleks let-down atau pengeluaran ASI. Selain meningkatkan produksi ASI, pijat oksitosin juga memberikan rasa rileks, mengurangi stres, dan meningkatkan kenyamanan ibu.

Berdasarkan data pengkajian pasien di ruang perawatan, ditemukan ibu dengan kondisi post sectio caesarea yang mengalami produksi ASI belum optimal. Oleh karena itu, penulis tertarik menerapkan pijat oksitosin sebagai intervensi keperawatan untuk membantu melancarkan pengeluaran ASI.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Pelaksanaan dilakukan pada pasien Ny. S usia 36 tahun yang menjalani tindakan sectio caesarea di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. Proses keperawatan meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Intervensi utama yang diberikan adalah pijat oksitosin selama 5 menit sebelum pasien memerah ASI. Evaluasi dilakukan dengan mengukur jumlah ASI yang berhasil diperah setiap hari.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil pengkajian menunjukkan pasien merupakan ibu post sectio caesarea dengan kondisi umum baik. Data pemeriksaan menunjukkan tekanan darah 116/71 mmHg, nadi 72 kali/menit, respirasi 20 kali/menit, suhu 36,4°C, berat badan 61 kg, dan tinggi badan 155 cm. Pasien tampak cemas terkait tindakan dan kondisi yang dialaminya setelah persalinan. Pemeriksaan laboratorium menunjukkan hemoglobin 11,0 g/dL, leukosit 9.990/mm³, dan trombosit 423.000/mm³.

Masalah keperawatan yang ditemukan adalah menyusui tidak efektif berhubungan dengan produksi ASI yang belum optimal setelah tindakan sectio caesarea. Pasien mengeluhkan ASI yang keluar masih sangat sedikit sehingga merasa khawatir kebutuhan nutrisi bayinya tidak terpenuhi.

Intervensi yang dilakukan meliputi edukasi mengenai manfaat ASI, dukungan psikologis, anjuran menyusui sesering mungkin, serta penerapan pijat oksitosin selama 5 menit sebelum pemerahan ASI. Pijat dilakukan secara perlahan pada sepanjang tulang belakang hingga area scapula dengan tujuan merangsang pelepasan hormon oksitosin.

Hasil intervensi yang dilakukan adanya peningkatan volume ASI setelah dilakukan intervensi. Pada hari pertama setelah pemberian pijat oksitosin selama 5 menit sebelum pemerahan ASI, volume ASI meningkat dari 1 cc menjadi 2,5 cc. Selain peningkatan volume ASI, pasien juga menyatakan tubuh terasa lebih rileks, nyaman, dan tidak terlalu tegang saat pemerahan ASI. Kondisi relaksasi tersebut sangat berpengaruh terhadap keberhasilan proses laktasi karena stres dan kecemasan terbukti dapat menghambat pelepasan hormon oksitosin. Pada hari kedua, volume ASI kembali mengalami peningkatan menjadi 3,1 cc, yang menunjukkan adanya respons positif terhadap intervensi keperawatan yang diberikan. Peningkatan volume ASI secara bertahap ini mengindikasikan bahwa stimulasi berulang melalui pijat oksitosin mampu memperbaiki refleks pengeluaran ASI dan mendukung keberhasilan proses laktasi pada ibu post sectio caesarea.

Pembahasan

Secara fisiologis, pijat oksitosin bekerja dengan merangsang sistem saraf parasimpatis sehingga memicu pelepasan hormon oksitosin dari hipofisis posterior. Hormon oksitosin menyebabkan kontraksi sel mioepitel di sekitar alveoli payudara sehingga ASI terdorong keluar menuju duktus laktiferus. Selain itu, pijat oksitosin dapat menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan rasa nyaman yang turut mendukung keberhasilan proses menyusui.

Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian Buckley et al. (2023) yang menyatakan bahwa ibu yang menjalani persalinan sectio caesarea memiliki risiko lebih tinggi mengalami keterlambatan laktogenesis dibandingkan ibu yang melahirkan secara pervaginam. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh nyeri pascaoperasi, keterbatasan mobilisasi, efek anestesi, serta peningkatan stres yang dapat menghambat pelepasan hormon oksitosin. Oleh karena itu, diperlukan intervensi nonfarmakologis yang dapat meningkatkan pelepasan hormon oksitosin, salah satunya melalui pijat oksitosin (Buckley et al., 2023).

Menurut Uvnas-Moberg et al. (2020), oksitosin tidak hanya berfungsi dalam merangsang kontraksi sel mioepitel pada payudara untuk mengeluarkan ASI, tetapi juga memberikan efek relaksasi, menurunkan kadar hormon kortisol, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan ikatan emosional antara ibu dan bayi. Efek relaksasi tersebut mendukung keberhasilan proses menyusui karena kondisi psikologis ibu sangat memengaruhi refleks pengeluaran ASI (Uvnas-Moberg et al., 2020). Pada studi kasus ini, pasien juga menunjukkan respons yang serupa.

Setelah dilakukan pijat oksitosin, pasien menyatakan tubuh terasa lebih rileks, nyaman, dan tidak terlalu tegang saat pemerahan ASI. Perubahan kondisi psikologis tersebut kemungkinan menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan volume ASI dari hari ke hari. Hal ini memperkuat pendapat Ramadhani et al. (2025) bahwa keberhasilan intervensi dalam meningkatkan produksi ASI tidak hanya dipengaruhi oleh stimulasi fisiologis terhadap hormon oksitosin, tetapi juga oleh perbaikan kondisi emosional ibu selama masa nifas. Dengan demikian, intervensi keperawatan yang mengombinasikan edukasi, dukungan psikologis, dan stimulasi pijat memiliki peran penting dalam mengatasi masalah menyusui tidak efektif, khususnya pada ibu post sectio caesarea.

Berdasarkan hasil studi kasus dan berbagai penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin merupakan intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu post sectio caesarea. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan volume ASI dari 1 cc menjadi 2,5 cc pada hari pertama dan meningkat menjadi 3,1 cc pada hari kedua, yang sejalan dengan hasil penelitian Naingalis (2023), Burhan et al. (2023), Yorita et al. (2023), Buckley et al. (2023), serta Uvnas-Moberg et al. (2020) yang menyatakan bahwa pijat oksitosin mampu meningkatkan pelepasan hormon oksitosin, memperlancar refleks pengeluaran ASI, serta meningkatkan keberhasilan menyusui.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penerapan pijat oksitosin pada pasien post sectio caesarea dengan masalah keperawatan menyusui tidak efektif, dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin yang dilakukan selama 5 menit sebelum pemerahan ASI efektif dalam membantu meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI. Penerapan intervensi ini menunjukkan adanya peningkatan volume ASI dari 1 cc sebelum intervensi menjadi 2,5 cc pada hari pertama, kemudian meningkat kembali menjadi 3,1 cc pada hari kedua. Selain itu, pasien juga melaporkan merasa lebih rileks, nyaman, dan tidak tegang setelah dilakukan pijat oksitosin, yang turut mendukung kelancaran proses laktasi.

Peningkatan volume ASI tersebut menunjukkan bahwa stimulasi melalui pijat oksitosin mampu merangsang pelepasan hormon oksitosin sehingga memperbaiki refleks pengeluaran ASI (let-down reflex) dan membantu memperlancar proses laktasi pada ibu post sectio caesarea. Dengan demikian, pijat oksitosin dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif, sederhana, aman, dan mudah diaplikasikan dalam

praktik keperawatan maternitas untuk membantu meningkatkan produksi ASI serta mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu pascapersalinan.

DAFTAR REFERENSI

- Ainuha, Z., Toyibah, A., & Asworoningrum, Y. (2022). Studi literatur pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes RI Pangkalpinang*, 10(2), 226–233. <https://doi.org/10.32922/jkp.v10i2.388>
- Anggraini, F., Erika, E., & Dilaruri, A. (2022). Efektifitas pijat Oketani dan pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi air susu ibu (ASI). *Jurnal Vokasi Keperawatan*, 5(2), 93–104. <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i2.24144>
- Burhan, R., Mizawati, A., Mariati, M., Asmariyah, A., & Nurcahyani, L. (2023). Marmet technique and oxytocin massage increase the smoothness of breastfeeding. *JNKI (Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia)*, 11(4), 380–391. [https://doi.org/10.21927/jnki.2023.11\(4\).380-391](https://doi.org/10.21927/jnki.2023.11(4).380-391)
- Hidayah, N., Maulana, E., & Febriana, F. (2023). Pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 15(2), 257–262. <https://doi.org/10.37012/jik.v15i2.1871>
- Kasmawati, K., Ramadhan, N., & Fazlaini, R. (2025). Efektifitas *breast care* dan pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu *post SC* di ruang kebidanan Rumah Sakit Ibu dan Anak. *Getsempena Health Science Journal*, 4(1), 24–32. <https://doi.org/10.46244/ghsj.v4i1.3090>
- Naingalis, A. L. (2023). Pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI ibu menyusui: A systematic literature review. *CHMK Midwifery Scientific Journal*, 6(2), 451–457. <https://cyber-chmk.net/ojs/index.php/bidan/article/view/1188>
- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., & Hall, A. (2021). *Fundamentals of nursing* (11th ed.). Elsevier.
- Ramadhani, S. N., Ningrum, E. W., & Kurniawan, W. E. (2026). Edukasi manajemen laktasi dan pelatihan mandiri pijat endorphin sebagai strategi upaya meningkatkan produksi ASI pada asuhan keperawatan Ny. R dengan *post partum sectio caessarea* di Rumah Sakit Umum Daerah dr. R. Goeteng Taroenadibrata. *Borneo Nursing Journal*, 8(1), 982–987. <https://doi.org/10.61878/bnj.v8i1.271>
- Roesli, U. (2000). *Mengenal ASI eksklusif*. Trubus Agriwidya.
- Suarni, S., Asikin, H., & Azis, A. N. A. A. (2023). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Moncobalang Kabupaten Gowa tahun 2023. *Journal of Health Quality Development*, 3(1), 35–46. <https://doi.org/10.51577/jhq.v3i1.856>
- Ujung, P. D. S., & Manurung, B. (2023). Pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di BPM Ade Irma Batubara Kabupaten Deli Serdang tahun 2022. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(1), 139–146. <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v2i1.970>

- Uvnäs-Moberg, K., Ekström-Bergström, A., Buckley, S., Massarotti, C., Pajalic, Z., Luegmair, K., Kotlowska, A., Lengler, L., Olza, I., & Grylka-Baeschlin, S. (2020). Maternal plasma levels of oxytocin during breastfeeding—A systematic review. *PLOS ONE*, 15(8), Article e0235806. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0235806>
- Walyani, E. S., & Purwoastuti, E. (2020). *Asuhan kebidanan masa nifas dan menyusui*. Pustaka Baru Press.
- Wijayanti, D. T., Pattimura, I., Nur'anisyah, L., Febriyani, I., Askuri, & Setiyaningsih, H. (2025). Efektifitas teknik pijat oksitosin dan teknik Marmet terhadap produksi ASI pada ibu menyusui: Systematic review. *Journal of Health Educational Science and Technology*, 7(2), 133–152. <https://doi.org/10.25139/htc.v7i2.8683>