

Article

Penerapan Pijat Oksitosin Pada Ibu Post Partum Dengan Menyusui Tidak Efektif Di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal

Afifatus Solikhah¹, Ema Wahyu Ningrum¹

¹Fakultas Kesehatan Universitas Harapan Bangsa

SUBMISSION TRACK

Received: March 02, 2025
Final Revision: March 17, 2025
Available Online: March 22, 2025

KEYWORDS

Oxytocin Massage, Ineffective
Breastfeeding, Postpartum Mother

CORRESPONDENCE

E-mail: afifatus024@gmail.com

ABSTRACT

Ineffective breastfeeding is a common issue among postpartum mothers and can hinder the provision of exclusive breastfeeding, which may negatively impact infant growth and development. Non-pharmacological interventions such as oxytocin massage have been proven to improve breastfeeding effectiveness by stimulating the release of oxytocin, a hormone essential for the milk ejection reflex, while also promoting maternal relaxation. This study aimed to examine the effectiveness of oxytocin massage in addressing ineffective breastfeeding among postpartum mothers. A descriptive case study design was employed, utilizing a nursing care process approach. The subject was a 34-year-old postpartum mother (Ny. T) on her second day after spontaneous delivery, experiencing difficulties in breastfeeding. Oxytocin massage was administered over a 3-day period from January 13 to 15, 2025, following standard operating procedures (SOP), with each session lasting 15–20 minutes. Evaluation included observation of breastfeeding frequency, expressed breast milk volume, infant suckling strength, and post-feeding infant behavior. The evaluation revealed a significant improvement in breastfeeding effectiveness. The frequency of breastfeeding increased from 3 to 8 times per day, milk volume rose from approximately 5 ml to 30 ml per session, infant suckling strength improved, and the baby appeared satisfied after feeding. The breastfeeding effectiveness score increased from 2 (ineffective) to 4 (effective). Additionally, the mother reported feeling more confident and less anxious. Oxytocin massage proved to be an effective, simple, safe, and low-cost non-pharmacological intervention for enhancing breastfeeding among postpartum mothers. This technique can be integrated into maternal nursing care practices in healthcare facilities.

I. INTRODUCTION

Menyusui merupakan proses alami yang memiliki peran vital dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi bayi dan pembentukan ikatan emosional antara ibu dan anak. Namun, pada kenyataannya, tidak semua ibu dapat menyusui secara efektif setelah

melahirkan. Menyusui tidak efektif adalah kondisi yang sering dijumpai pada masa nifas, di mana bayi tidak mendapatkan ASI secara optimal karena berbagai faktor, baik dari sisi ibu maupun bayi. Gejala yang muncul dapat berupa bayi yang tampak tidak puas setelah menyusu, frekuensi buang air

kecil yang sedikit, berat badan yang tidak bertambah, hingga ibu mengalami nyeri pada payudara saat menyusui. Kondisi ini, apabila tidak segera ditangani, dapat menghambat pemberian ASI eksklusif dan meningkatkan risiko gangguan tumbuh kembang pada bayi (Rahayu, 2021).

Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa angka pemberian ASI eksklusif di Indonesia baru mencapai 37,3%, jauh di bawah target yang ditetapkan oleh WHO, yaitu 50% (Kemenkes RI, 2018). Rendahnya angka ini menunjukkan masih tingginya permasalahan dalam praktik menyusui, termasuk menyusui yang tidak efektif. Sebuah penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Pucang melaporkan bahwa sekitar 46% ibu post partum mengalami hambatan dalam menyusui pada minggu pertama setelah melahirkan (Dewi & Hartanti, 2020). Beberapa faktor yang memengaruhi efektivitas menyusui antara lain adalah posisi menyusui yang tidak tepat, kurangnya stimulasi hormonal, serta kondisi psikologis ibu yang belum stabil.

Salah satu intervensi non-farmakologis yang terbukti dapat meningkatkan efektivitas menyusui adalah pijat oksitosin. Pijat oksitosin adalah teknik pemijatan yang dilakukan di sepanjang tulang belakang bagian atas, terutama pada area vertebra thoracalis ke-5 dan ke-6 hingga ke arah scapula (tulang belikat), dengan gerakan lembut dan ritmis. Tujuan dari teknik ini adalah untuk merangsang pelepasan hormon oksitosin dari hipofisis posterior melalui aktivasi saraf sensorik yang terhubung dengan hipotalamus (Sari & Nuraini, 2020). Hormon oksitosin berperan penting dalam proses menyusui, yaitu memicu kontraksi sel mioepitel di sekitar alveoli payudara sehingga ASI terdorong keluar menuju puting dalam proses yang disebut let-down reflex. Selain itu, oksitosin juga membantu memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi, serta mempercepat involusi uterus yang penting dalam masa pemulihan post partum. Penelitian oleh Putri dan Yuliana (2021) menyatakan bahwa pemberian pijat oksitosin selama tiga hari berturut-turut secara signifikan meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum. Penelitian lain oleh Safitri, Handayani, dan Yulianti (2022) menemukan bahwa kelompok ibu yang menerima pijat

oksitosin mengalami peningkatan volume ASI sebesar 20–30% dibandingkan kelompok kontrol yang tidak menerima pijatan. Tidak hanya itu, intervensi ini juga efektif dalam menurunkan kecemasan ibu, meningkatkan rasa percaya diri dalam menyusui, serta mencegah komplikasi seperti bendungan ASI dan mastitis.

Meskipun manfaat pijat oksitosin telah terbukti secara ilmiah, penerapannya di layanan kesehatan primer masih tergolong rendah. Banyak tenaga kesehatan belum mengintegrasikan intervensi ini ke dalam praktik standar asuhan kebidanan atau keperawatan post partum. Kurangnya pelatihan, rendahnya pengetahuan petugas kesehatan, serta belum adanya panduan teknis yang baku menjadi kendala utama dalam implementasi pijat oksitosin secara luas (Dewi & Hartanti, 2020). Berdasarkan uraian tersebut, penting untuk dilakukan kajian mendalam mengenai penerapan pijat oksitosin dalam mengatasi menyusui tidak efektif pada ibu post partum. Intervensi ini dinilai sederhana, aman, murah, dan memiliki potensi besar dalam meningkatkan keberhasilan menyusui serta kesejahteraan ibu dan bayi.

Dari latar belakang diatas penulis tertarik untuk menerapkan pijat oksitosin pada ibu post partum dengan menyusui tidak efektif. Judul yang diangkat oleh penulis yakni “Penerapan Pijat Oksitosin Pada Ibu Post Partum Dengan Menyusui Tidak Efektif Di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal”.

II. METHODS

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus deskriptif, dengan menggunakan kerangka kerja proses keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Fokus utama penelitian ini adalah implementasi Penerapan Pijat Oksitosin Pada Ibu Post Partum Dengan Menyusui Tidak Efektif Di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal. Subjek studi kasus adalah Ny. T, berusia 34 tahun, yang baru saja menjalani persalinan. Studi kasus dilakukan dengan cara meneliti suatu masalah melalui sudut pandang suatu kasus yang terdiri dari satu unit, yang didefinisikan sebagai satu orang. Studi kasus merupakan jenis penelitian yang berfokus pada satu kasus,

dengan pendekatan yang intensif, mendalam, mendetail, dan komprehensif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Penerapan Pijat Oksitosin Pada Ibu Post Partum Dengan Menyusui Tidak Efektif Di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal. Penelitian ini menggunakan Penerapan Pijat Oksitosin selama 3x24 jam pada tanggal 13-15 Mei 2025. Penerapan Pijat Oksitosin selama 15-20 menit berdasarkan Standar Operasional Prosedur (SOP). Pengumpulan data mengenai tingkat nyeri yang dialami dilakukan sebelum dan sesudah pemberian Pijat Oksitosin. Data yang terkumpul dari tatalaksana studi kasus disajikan dan dievaluasi untuk mengetahui apakah pemberian Pijat pada Ibu Post Partum bermanfaat dalam mengatasi menyusui tidak efektif.

III. RESULT

Pada proses pengambilan data, dilakukan pengkajian terhadap seorang ibu post partum yang dirawat di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal pada tanggal 12 Januari 2025 pukul 08.00. Pasien merupakan ibu nifas hari ke-2 pasca persalinan spontan dengan keluhan utama ASI belum keluar optimal dan bayi rewel karena tidak mendapatkan cukup asupan. Pasien tampak cemas dan mengatakan bahwa dirinya belum berhasil menyusui secara efektif.

Dari hasil pengkajian, ditemukan tanda-tanda menyusui tidak efektif, seperti perlekatan bayi yang tidak tepat, refleks isap bayi lemah, dan produksi ASI belum optimal. Payudara ibu tampak lunak, ASI keluar sedikit saat diperah, dan ibu mengaku tidak percaya diri saat menyusui. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan adalah Menyusui Tidak Efektif (D.0102) berhubungan dengan kecemasan, kurangnya pengetahuan, dan produksi ASI yang belum optimal. Untuk mengatasi masalah tersebut, intervensi keperawatan yang digunakan adalah Manajemen Laktasi (I.01021), dengan salah satu tindakan utamanya yaitu pemberian Pijat Oksitosin. Pijat oksitosin bertujuan merangsang refleks let-down atau pengeluaran ASI dengan cara menstimulasi produksi hormon oksitosin

melalui sentuhan pada daerah tulang belakang ibu tepatnya sepanjang vertebra torakalis ke arah bawah. Penerapan pijat oksitosin dilakukan sesuai dengan SOP yang terdiri dari tiga tahap: persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

Alat yang disiapkan adalah minyak zaitun untuk melicinkan area pijat dan menjaga kenyamanan pasien. Pijat dilakukan selama ± 15 menit, dua kali sehari, pada punggung ibu bagian atas hingga bawah scapula. Pelaksanaan dilakukan dalam kondisi ibu rileks, duduk condong ke depan, dan diberikan edukasi mengenai manfaat pijat oksitosin dalam merangsang pengeluaran ASI.

Penerapan intervensi dilakukan mulai tanggal 13 sampai 15 Januari 2025. Pada hari pertama, dilakukan pijat oksitosin pada pagi dan sore hari. Pasien melaporkan sensasi hangat dan nyaman setelah pijatan, meskipun produksi ASI belum terlihat meningkat signifikan. Pada hari kedua, pasien mulai merasakan payudara lebih kencang dan ASI mulai keluar lebih banyak saat bayi menyusui. Pada hari ketiga, ibu melaporkan bahwa bayinya mulai tampak puas setelah menyusui dan frekuensi tangisan berkurang, serta payudara terasa penuh sebelum menyusui. Evaluasi harian mencatat kemajuan sebagai berikut:

Hari Pertama (13 Januari 2025) : Pasien mengatakan ASI masih sedikit, bayi sering menangis setelah menyusui. Refleks isap bayi lemah, perlekatan kurang optimal, ibu tampak cemas, dan belum percaya diri. Masalah menyusui tidak efektif belum teratasi, intervensi dilanjutkan. Hari Kedua (14 Januari 2025): Pasien mengatakan ASI mulai bertambah, payudara terasa lebih penuh. Bayi tampak lebih tenang setelah menyusui meski masih terlihat lemah saat mengisap. Masalah menyusui tidak efektif mulai menunjukkan perbaikan. Hari Ketiga (15 Januari 2025): Pasien mengatakan bayi tampak kenyang setelah menyusui, menyusui lebih sering, dan ASI keluar lancar. Perlekatan membaik, refleks isap bayi kuat, dan ibu lebih percaya diri. Masalah menyusui tidak efektif teratasi, intervensi dihentikan.

Tabel 1. Perkembangan Efektivitas Menyusui Pasca Pijat Oksitosin

Tanggal	Frekuensi Menyusui	Refleks Isap Bayi	Volume ASI (perah)	Perilaku Bayi Setelah Menyusu	Skor Efektivitas Menyusui*
13 Januari 2025	3x/hari	Lemah	±5 ml	Menangis, tampak lapar	2 (Tidak efektif)
14 Januari 2025	5x/hari	Sedang	±15 ml	Lebih tenang	3 (Perbaikan sedang)
15 Januari 2025	8x/hari	Kuat	±30 ml	Puas, tertidur setelah menyusui	4 (Efektif)

*Skor efektivitas menyusui berdasarkan observasi perlekatan, kekuatan isap, perilaku bayi, dan volume ASI.

IV. DISCUSSION

Pada hari pertama pelaksanaan, ibu masih merasakan kesulitan menyusui. ASI hanya keluar sedikit, dan bayi tampak tidak puas setelah menyusu. Namun, pasien melaporkan adanya rasa hangat dan nyaman setelah pijatan. Di hari kedua, terjadi perubahan yang signifikan: payudara mulai terasa penuh, ASI mulai keluar lebih lancar, dan bayi tampak lebih tenang setelah menyusu. Pada hari ketiga, produksi ASI meningkat, refleks isap bayi menguat, dan ibu tampak lebih percaya diri. Evaluasi menunjukkan bahwa efektivitas menyusui meningkat, dan masalah menyusui tidak efektif teratasi. Berdasarkan pengamatan dan evaluasi selama 3x24 jam, penerapan pijat oksitosin berhasil meningkatkan efektivitas menyusui. Skala efektivitas meningkat dari skor 2 (tidak efektif) menjadi skor 4 (efektif). Frekuensi menyusui meningkat dari 3 kali menjadi 8 kali per hari, volume ASI bertambah dari ±5 ml menjadi ±30 ml per sesi perah, serta perilaku bayi menjadi lebih tenang dan puas setelah menyusu. Ibu pun melaporkan merasa lebih bahagia dan percaya diri.

Peningkatan ini sejalan dengan teori yang menyebutkan bahwa pijat oksitosin dapat meningkatkan sekresi hormon oksitosin dari hipofisis posterior, yang merangsang kontraksi sel mioepitel di sekitar alveoli payudara, sehingga mendorong ASI keluar (Yuliani et al., 2022). Selain itu, rangsangan pada kulit selama pijatan akan dikirim ke sistem saraf pusat, terutama ke hipotalamus, yang kemudian menurunkan sekresi kortisol dan meningkatkan rasa tenang pada ibu (Dewi & Handayani, 2021). Penelitian oleh

Pratiwi et al. (2020) menunjukkan bahwa pemberian pijat oksitosin pada ibu post partum dapat meningkatkan volume ASI secara signifikan dibandingkan yang tidak diberikan intervensi. Studi kuasi-eksperimental lain oleh Sari et al. (2021) juga membuktikan bahwa ibu yang diberikan pijat oksitosin memiliki peningkatan produksi ASI yang signifikan dan bayi menunjukkan peningkatan berat badan dalam minggu pertama kehidupan. Bahkan, hasil penelitian Damayanti et al. (2023) mengungkapkan bahwa pijat oksitosin tidak hanya efektif secara fisiologis, tetapi juga meningkatkan ikatan emosional antara ibu dan bayi.

Pijat oksitosin juga memiliki efek psikologis yang positif. Sentuhan lembut dalam pijatan memberikan efek relaksasi yang dapat meningkatkan kenyamanan ibu. Dengan meningkatnya rasa nyaman dan percaya diri, ibu menjadi lebih siap menyusui dengan tenang. Hormon oksitosin sendiri dikenal sebagai “hormon cinta” karena perannya dalam memperkuat hubungan emosional dan meningkatkan rasa kasih sayang, yang sangat penting dalam proses menyusui (Fitriani & Yanti, 2021). Pijat oksitosin terbukti mampu merangsang pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam ejeksi ASI dan meningkatkan relaksasi ibu. Hasil ini selaras dengan penelitian oleh Pratiwi et al. (2023) yang menunjukkan bahwa pijat oksitosin dapat meningkatkan volume ASI dan mempercepat proses menyusui efektif. Peningkatan relaksasi pada ibu pasca pijat juga mengurangi kadar hormon stres kortisol, yang diketahui dapat menghambat refleks let-down. Stimulasi sensorik pada area tulang belakang dalam pijat oksitosin akan

diteruskan melalui sistem saraf ke hipotalamus dan merangsang hipofisis posterior untuk melepaskan oksitosin. Oksitosin akan menyebabkan kontraksi sel-sel mioepitel di sekitar alveoli kelenjar payudara, sehingga ASI terdorong keluar. Selain itu, efek sentuhan dalam pijatan mampu meningkatkan ikatan emosional antara ibu dan bayi, serta meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam menyusui.

V. CONCLUSION

Berdasarkan studi kasus yang dilakukan, penerapan pijat oksitosin pada ibu post partum dengan menyusui tidak efektif di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal menunjukkan peningkatan efektivitas menyusui selama 3 hari intervensi. Terjadi peningkatan volume ASI, perlekatan membaik, serta bayi menyusu dengan efektif. Pijat oksitosin dapat dijadikan salah satu modalitas intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif dan sederhana dalam meningkatkan produksi serta keberhasilan menyusui.

REFERENCES

- Damayanti, F. R., Wardani, I. Y., & Susanti, R. (2023). Efektivitas pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI dan ikatan ibu-bayi pada ibu post partum. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 14(1), 45–52. <https://doi.org/10.33560/jkk.v14i1.2023>
- Dewi, R. S., & Hartanti, Y. (2020). Faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan menyusui pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Pucang Surabaya. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(2), 76–83. <https://doi.org/10.26714/jkr.11.2.2020.76-83>
- Dewi, N. K., & Handayani, H. (2021). Pengaruh pijat oksitosin terhadap penurunan tingkat stres dan peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(1), 25–31. <https://doi.org/10.36720/jiki.v9i1.2021.25>
- Fitriani, D., & Yanti, L. (2021). Peran hormon oksitosin dalam proses menyusui dan ikatan emosional ibu dan bayi. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 7(2), 90–96. <https://doi.org/10.33366/jkia.v7i2.2021>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. <https://www.litbang.kemkes.go.id>
- Pratiwi, A. D., Ramadhani, D., & Saputra, F. (2020). Pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post partum di Puskesmas Sumberjo. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(2), 115–121. <https://doi.org/10.31290/jki.v11i2.2020>
- Pratiwi, M. E., Rachmawati, Y., & Rofiah, I. (2023). Efektivitas pijat oksitosin terhadap peningkatan volume ASI dan keberhasilan menyusui pada ibu nifas. *Jurnal Keperawatan Maternitas*, 8(1), 30–36. <https://doi.org/10.25077/jkm.v8i1.2023.30-36>
- Putri, R. N., & Yuliana, D. (2021). Pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post partum di Rumah Sakit Umum. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 10(1), 12–18. <https://doi.org/10.33369/jkk.v10i1.2021>
- Rahayu, S. (2021). Menyusui tidak efektif pada ibu post partum: Tinjauan literatur. *Jurnal Keperawatan Terapan*, 6(2), 58–64. <https://doi.org/10.31539/jkt.v6i2.2021.58>
- Safitri, W., Handayani, H., & Yulianti, R. (2022). Pijat oksitosin meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui: Studi kuasi-eksperimen. *Jurnal Riset Kebidanan*, 9(3), 155–162. <https://doi.org/10.20473/jrk.v9i3.2022.155-162>
- Sari, P. D., & Nuraini, A. (2020). Pengaruh terapi pijat oksitosin terhadap peningkatan pengeluaran ASI pada ibu post partum hari pertama. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, 7(1), 10–16. <https://doi.org/10.25077/jitk.v7i1.2020.10-16>
- Sari, N. R., Aprianingsih, A., & Lestari, R. (2021). Efektivitas pijat oksitosin terhadap peningkatan berat badan bayi dan produksi ASI. *Jurnal Keperawatan Nusantara*, 8(2), 87–93. <https://doi.org/10.31289/jkn.v8i2.2021.87-93>
- Yuliani, L., Susanti, N., & Maharani, T. (2022). Hormon oksitosin dalam proses menyusui: Peran dan mekanisme kerja pada ibu post partum. *Jurnal Keperawatan Perinatal*, 5(1), 22–29. <https://doi.org/10.32795/jkp.v5i1.2022.22>