

Penerapan Pijat Oksitosin dalam Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Post Partum Sectio Caesarea: *Case Report*

Inti Nur Rohmah^{1*}, Yuni Purwati²

¹⁻²Pendidikan Profesi Ners, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia

*Penulis korespondensi: intinurrahma0912@gmail.com¹

Abstract. Optimal breast milk production is a major factor in the success of exclusive breastfeeding, but postpartum mothers with cesarean sections often experience suboptimal breast milk production due to ineffective oxytocin hormone stimulation after surgery. Non-pharmacological interventions such as oxytocin massage are reported to stimulate oxytocin hormone secretion, thereby facilitating the let-down reflex and increasing the volume of breast milk available to the baby. The purpose of this case report is to determine the results of the application of oxytocin massage to increase breast milk production in postpartum mothers at PKU Muhammadiyah Gamping Hospital. The case study method focuses on providing nursing interventions to evaluate the results of the intervention in 1 respondent of postpartum cesarean section patients. Data were collected through interviews and observations of postpartum mothers. The results of observations showed a significant increase in optimal breast milk output reaching 80-100 ml and signs of successful breastfeeding such as increased breastfeeding frequency and signs of satiety in the baby. This intervention is concluded to be effective as part of nursing care to address suboptimal breast milk production in postpartum mothers with cesarean sections.

Keywords: Breast Milk Production; Nursing Care; Pijat Oksitosin; Postpartum C-section; Reflex Let-Down

Abstrak. Produksi ASI yang optimal merupakan faktor utama keberhasilan menyusui eksklusif, namun ibu postpartum sectio caesarea sering mengalami produksi ASI yang tidak lancar akibat stimulasi hormon oksitosin yang kurang efektif setelah operasi. Intervensi non-farmakologis seperti pijat oksitosin dilaporkan dapat merangsang sekresi hormon oksitosin sehingga memperlancar refleksi *let-down* dan meningkatkan volume ASI yang tersedia untuk bayi. Tujuan dari *case report* ini mengetahui hasil penerapan pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gamping. Metode studi kasus dengan berfokus memberikan intervensi keperawatan sampai dengan mengevaluasi hasil intervensi pada 1 responden pasien post partum sectio caesarea. Data dikumpulkan melalui wawancara dan observasi terhadap ibu post partum. Hasil observasi menunjukkan peningkatan yang signifikan keluarnya ASI lebih optimal mencapai 80-100 ml dan tanda-tanda keberhasilan menyusui seperti kenaikan frekuensi menyusui dan tanda kenyang pada bayi. Intervensi ini disimpulkan efektif sebagai bagian dari asuhan keperawatan untuk mengatasi produksi ASI yang kurang lancar pada ibu post sectio caesarea.

Kata Kunci: Asuhan Keperawatan; Pijat Oksitosin; Postpartum Sectio; Produksi ASI; Refleksi Let-Down

1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi utama bagi bayi baru lahir yang sangat penting untuk pertumbuhan, perkembangan, serta kekebalan tubuh bayi selama enam bulan pertama kehidupan (Chidani, 2024). Pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu indikator kesehatan ibu dan anak yang menjadi target global kesehatan masyarakat. Persentase ibu yang melakukan ASI eksklusif di dunia diperkirakan sekitar 44-48% pada usia 0-6 bulan, menunjukkan masih banyak tantangan dalam praktik laktasi (Purnamasari, 2025). Meskipun secara global pemberian ASI memiliki cakupan yang relatif berkembang, berbagai faktor seperti jenis persalinan caesarea turut memengaruhi efektifitas dan keberhasilan proses menyusui, termasuk inisiasi menyusui dini dan produksi ASI (Inayati, 2025). Sectio caesarea (operasi sesar) adalah tindakan bedah untuk mengeluarkan bayi melalui sayatan di dinding

perut dan rahim ibu. Angka persalinan sectio caesarea terus meningkat secara global; diperkirakan sekitar 21% dari seluruh persalinan di dunia dilakukan dengan cara ini (Suarni, 2023).

Tren peningkatan ini juga dicatat di banyak negara berkembang dan maju, di mana beberapa wilayah melaporkan angka persalinan caesarea yang jauh lebih tinggi dari rekomendasi kesehatan. Persalinan dengan sectio caesarea sering diikuti oleh tantangan laktasi yang lebih kompleks dibandingkan dengan persalinan vagina, termasuk nyeri, keterbatasan posisi menyusui, stres, dan pengaruh anestesi yang dapat menghambat proses pemberian ASI secara efektif (Diana, 2024). Bahkan ketika ibu bermaksud untuk menyusui, beberapa di antaranya mengalami kesulitan dalam memulai dan mempertahankan produksi ASI karena efek fisiologis dari operasi ini, seperti lambatnya refleks hormon laktasi (Puspita, 2025). Hal ini sering kali menyebabkan menyusui tidak efektif, ditandai dengan kualitas dan kuantitas ASI yang tidak memadai serta bayi yang tidak cukup menerima ASI (Noviyani, 2024).

Data spesifik terkait prevalensi ibu yang mengalami menyusui tidak efektif setelah sectio caesarea bervariasi antar studi, namun banyak laporan klinis menunjukkan bahwa masalah ini merupakan kondisi yang umum terjadi dan memerlukan upaya intervensi yang tepat. Di Indonesia, cakupan ASI eksklusif secara nasional menunjukkan tren penurunan, dari sekitar 69,7% pada tahun 2023 menjadi 67,96% pada tahun 2024, dipengaruhi oleh berbagai faktor termasuk meningkatnya angka caesarea dan kurangnya dukungan kepada ibu menyusui. Persalinan caesarea sendiri juga merupakan faktor yang memicu hambatan dalam inisiasi dan produksi ASI, karena nyeri dan stres post operasi dapat menghambat stimulasi hormonal yang optimal untuk laktasi (Asriani, 2024). Di konteks regional, cakupan ASI eksklusif di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) menunjukkan angka yang relatif beragam, dengan beberapa data menunjukkan sekitar 74,7% bayi menerima ASI eksklusif pada tahun 2024, namun beberapa wilayah seperti Kota Yogyakarta melaporkan cakupan yang lebih rendah (Nelina, 2024).

Fakta tersebut mengindikasikan bahwa meskipun pemberian ASI cukup tinggi secara umum, masih terdapat tantangan besar dalam pelaksanaan menyusui optimal, terutama setelah persalinan caesarea. Salah satu pendekatan non-farmakologis yang mulai diterapkan adalah pijat oksitosin, yaitu teknik pijat yang dirancang untuk merangsang pelepasan hormon oksitosin, yang berperan penting dalam refleks "*let-down*" dan stimulasi produksi susu (Dewi, 2024). Pijat oksitosin diindikasikan mampu meningkatkan kenyamanan ibu, mengurangi kecemasan, dan memperbaiki kondisi fisiologis tubuh sehingga proses laktasi menjadi lebih baik, khususnya pada ibu post sectio caesarea dengan masalah menyusui tidak efektif (Inayati,

2025). Berbagai studi kasus dan laporan keperawatan menunjukkan bahwa penerapan pijat oksitosin dapat diikuti dengan peningkatan volume dan aliran ASI setelah beberapa hari intervensi, meskipun hasilnya bervariasi tergantung pada kondisi individu ibu (Sari, 2024). Intervensi ini tidak hanya berpotensi meningkatkan output produksi ASI, namun juga mendukung proses psikologis ibu dalam meningkatkan rasa percaya diri dan kesiapan dalam proses menyusui pascapersalinan operasi (Oleh karena itu, kajian mengenai penerapan pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu post sectio caesarea menjadi penting untuk mendasari praktik keperawatan laktasi yang efektif, memberikan gambaran tentang masalah menyusui tidak efektif serta potensi solusi yang berbasis bukti di setting klinik Indonesia, termasuk di Yogyakarta (Labibah, 2022). Laporan kasus ini juga bertujuan untuk mengetahui efektifitas penerapan pijat oksitosin pada pasien post partum sectio caesarea sebagai manajemen peningkatan produksi ASI.

2. METODE

Desain studi ini *case report* berdasarkan proses keperawatan. Subjek dalam *case report* ini yaitu seorang ibu postpartum pertama kali setelah sectio caesarea yang melaporkan produksi ASI kurang lancar. Kriteria responden yang dipilih yaitu responden dengan jumlah pengeluaran ASI <50 ml, pengeluaran ASI tidak lancar serta kooperatif dalam pemberian intervensi. Penerapan pijat oksitosin ini dilakukan di rumah sakit PKU Muhammadiyah Gamping. Sebelum dilakukannya intervensi peneliti mengukur jumlah pengeluaran ASI dan setelah pemberian intervensi peneliti mengukur hasil produksi ASI responden. Pijat oksitosin diterapkan oleh perawat terlatih selama 3 hari berturut-turut, *dua kali per hari*, durasi 15–20 menit per sesi, dan keluarga pasien di edukasi dan diajarkan dalam intervensi pijat oksitosin. Pijat oksitosin dilakukan berdasarkan protokol pijat oksitosin praktik keperawatan. Berikut prosedur pijat oksitosin sebagai berikut:

Tabel 1. Prosedur Pijat Oksitosin.	
Persiapan pasien	1. Jelaskan tujuan dan prosedur pijat kepada ibu 2. Pastikan ibu dalam kondisi nyaman dan rileks 3. Anjurkan ibu duduk bersandar atau miring ke depan 4. Longgarkan pakaian bagian punggung
Persiapan Alat	1. Minyak pijat atau baby oil 2. Handuk atau kain penutup 3. Sarung tangan bersih (jika diperlukan)
LANGKAH-LANGKAH PIJAT OKSITOSIN	
1. Cuci tangan sesuai standar pencegahan infeksi	
2. Oleskan minyak pijat secukupnya pada kedua telapak tangan	

		3. Mulai pijatan dari tulang belakang bagian atas (vertebra torakal ke-4) hingga ke bawah arah tulang rusuk 4. Lakukan gerakan memijat dengan kedua ibu jari secara perlahan di sepanjang sisi kanan dan kiri tulang belakang 5. Gerakan pijatan dilakukan dari atas ke bawah dengan tekanan ringan hingga sedang 6. Lanjutkan pijatan memutar pada area sekitar tulang belikat (skapula) 7. Ulangi pijatan secara ritmis selama $\pm 10-15$ menit 8. Pastikan ibu bernapas perlahan dan rileks selama pijatan
Frekuensi	Dan	1. Dilakukan 1–2 kali sehari
Durasi		2. Durasi pijat $\pm 10-15$ menit
Evaluasi		3. Dapat dilakukan sebelum menyusui atau memerah ASI 1. Ibu merasa lebih rileks dan nyaman 2. ASI mulai keluar atau pengeluaran ASI lebih lancar 3. Bayi tampak lebih puas saat menyusui 4. Tidak ada keluhan nyeri atau ketidaknyamanan pada punggung 5. Mengukur hasil produksi ASI
Dokumentasi		1. Waktu dan durasi pelaksanaan pijat 2. Respons ibu terhadap pijatan 3. Perubahan produksi atau pengeluaran ASI 4. tindak lanjut atau edukasi yang diberikan

Sumber : Chidani (2024).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah 3 hari pemberian intervensi pijat oksitosin yaitu pada hari pertama post sectio caesarea, pasien mengalami hambatan pengeluaran ASI ditandai dengan produksi ASI yang masih minimal. Sebelum dilakukan intervensi pijat oksitosin, volume ASI yang dapat dikeluarkan hanya sekitar 5–10 ml per sesi menyusui, dengan frekuensi menyusui yang belum optimal akibat nyeri luka operasi dan kecemasan ibu. Setelah dilakukan pijat oksitosin selama ± 15 menit sebanyak 2 kali sehari, terjadi peningkatan refleks let-down, sehingga pada akhir hari pertama produksi ASI meningkat menjadi rata-rata 20–30 ml per sesi. Ibu juga melaporkan rasa lebih rileks dan nyaman saat menyusui.

Pada hari kedua penerapan pijat oksitosin, produksi ASI menunjukkan peningkatan yang lebih signifikan. Intervensi tetap dilakukan 2 kali sehari sebelum menyusui, dikombinasikan dengan edukasi posisi menyusui yang benar. Volume ASI yang awalnya berkisar 30 ml per sesi meningkat menjadi 50–70 ml per sesi menyusui. Payudara ibu terasa lebih penuh, frekuensi menyusui meningkat, dan bayi tampak lebih puas setelah menyusui. Kondisi ini menunjukkan stimulasi hormon oksitosin yang semakin efektif dalam mendukung pengeluaran ASI (Suarni, 2023).

Pada hari ketiga, hasil penerapan pijat oksitosin menunjukkan peningkatan produksi ASI yang optimal. Rata-rata volume ASI yang dihasilkan mencapai 80–100 ml per sesi

menyusui, dengan total produksi harian sekitar 450–600 ml per hari. Ibu sudah mampu menyusui tanpa hambatan, nyeri berkurang, serta kepercayaan diri meningkat. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan pijat oksitosin secara konsisten selama 3 hari pada pasien post sectio caesarea efektif dalam meningkatkan produksi ASI secara bertahap dan berkelanjutan.

Pembahasan

Hasil penerapan pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI. Hal ini juga merangsang hormon pada tubuh. Proses laktasi manusia diatur oleh dua hormon utama: *prolaktin* dan *oksitosin* (Pratiwi, 2025). *Prolaktin* diproduksi di kelenjar hipofisis anterior dan bertanggung jawab atas sintesis komponen ASI di alveoli kelenjar payudara, sedangkan *oksitosin* dilepaskan dari hipofisis posterior untuk memicu refleksi *milk ejection* atau *let-down*, yakni kontraksi sel mioepitel yang mendorong susu dari alveoli ke duktus dan keluar melalui puting (Agustia, 2025). Pijat oksitosin tidak merangsang produksi hormon secara langsung layaknya prolaktin, tetapi meningkatkan pelepasan oksitosin melalui rangsangan saraf sensorik yang merambat ke hipotalamus (Kristanti, 2025).

Refleksi *let-down* dipicu oleh stimulasi taktil, biasanya melalui hisapan bayi pada puting, namun stimulasi eksternal seperti pijatan punggung atau area di sekitar tulang belakang juga dapat mengaktifkan mekanoreseptor yang mempercepat pelepasan oksitosin (Heryani, 2023). Mekanisme ini menggambarkan bagaimana tindakan nonfarmakologis dapat membantu meningkatkan aliran ASI dengan memfasilitasi kontraksi mioepitel yang lebih efektif sehingga ASI lebih mudah keluar saat menyusui (Chidani, 2024).

Salah satu efek fisiologis yang diobservasi adalah bahwa pijat oksitosin dapat menurunkan tingkat stres ibu, yang secara tidak langsung memengaruhi kadar oksitosin endogen (Sanadi, 2025). Stres dan kecemasan diketahui menghambat refleksi *let-down*, karena aktivasi sistem saraf simpatik dapat menekan aktivitas oksitosin pada hipofisis posterior (Nelina, 2024). Dengan melakukan pijat oksitosin secara rutin, ibu merasa lebih tenang dan relaks, menciptakan kondisi yang lebih kondusif untuk pelepasan oksitosin dan mendukung proses penyusuan (Pramesti, 2025). Banyak penelitian quasi-eksperimental lokal menunjukkan peningkatan produksi ASI setelah intervensi pijat oksitosin. Didukung oleh penelitian Hidayah (2023) melaporkan bahwa produksi ASI meningkat rata-rata dari 8,57 ml menjadi 10,27 ml setelah pijat oksitosin pada ibu postpartum. Studi serupa oleh Sunengsih dkk (2023) dan penelitian di Puskesmas Cipongkor (2024) juga menemukan efek positif pijat oksitosin terhadap volume ASI yang dihasilkan.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kombinasi pijat oksitosin dengan teknik lain seperti *breast massage* atau *breast care* bisa memberikan efek yang lebih signifikan terhadap produksi ASI. Penelitian Ernawati (2024) dan penelitian Handayani (2023) menunjukkan bahwa kombinasi intervensi ini merangsang hormon oxytocin dan prolaktin secara lebih efektif daripada pijat oksitosin saja, meningkatkan aliran ASI lebih optimal. Penelitian kasus oleh Pramesti & Lindayani (2025) pada ibu post-sectio caesarea menunjukkan bahwa pijat oksitosin efektif meningkatkan produksi ASI bahkan pada kondisi dimana hisapan bayi atau stimulasi normal lebih lambat karena luka atau rasa nyeri pascapersalinan. Hal ini mengindikasikan bahwa pijat oksitosin bisa menjadi alat bantu nonfarmakologis penting di klinik kebidanan.

Beragam penelitian eksperimental di berbagai kota menunjukkan konsistensi hasil efektif pijat oksitosin terhadap produksi ASI. Asriani (2024) menemukan bahwa pijat oksitosin mempercepat refleks keluar ASI dan meningkatkan kelancaran menyusui postpartum (Asriani, 2024). Ini mendukung hipotesis fisiologis bahwa rangsangan fisik dapat meningkatkan respon neuroendokrin untuk produksi ASI. Secara klinis, pijat oksitosin dapat digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis yang aman dan relatif mudah diajarkan untuk meningkatkan produksi ASI, terutama pada ibu postpartum yang mengalami hambatan laktasi. Intervensi ini memberi efek fisiologis nyata melalui stimulasi refleks *let-down*, penurunan stres, dan penguatan bonding ibu-bayi (Hidayah, 2023).

4. KESIMPULAN

Dapat dilakukan pijat oksitosin merupakan intervensi non-farmakologis yang efektif, aman, dan dapat diintegrasikan dalam asuhan keperawatan untuk membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu post SC yang mengalami hambatan awal laktasi. Penerapan selama minimum 3 hari menunjukkan peningkatan produksi ASI dan tanda keberhasilan menyusui. Intervensi ini juga memberikan manfaat psikologis berupa peningkatan relaksasi dan kesiapan ibu menyusui.

Saran

Dalam melakukan pijat oksitosin yang efektif, pastikan ibu rileks dalam posisi nyaman (duduk membungkuk/bersandar), gunakan minyak, pijat lembut area punggung samping tulang belakang (leher hingga tulang belikat) dengan gerakan memutar dan menarik selama 2-3 menit, hindari tekanan kuat, dan libatkan pasangan atau keluarga untuk memberikan kasih sayang, karena pijatan lembut ini memicu hormon oksitosin untuk melancarkan ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustia, N., & Camelia, R. (2025). Effect of lactation massage and oxytocin massage on milk production. *Lentera Perawat*.
- Asriani, A., Syahrias, L., & Sari, I. N. (2024). The effect of oxytocin massage on the effect of breast milk in postpartum mothers. *Zona Keperawatan*. <https://doi.org/10.37776/zk.v15i3.1854>
- Chidani, M. K., & Desmarnita, U. (2024). Oxytocin massage on pain levels and breast milk production in post cesarean section (case study). *Journal Center of Excellent: Health Assistive Technology*.
- Dewi, S. U., Kurniawati, L., & Kristianingsih, A. (2024). Pengaruh kombinasi pijat oksitosin dan konsumsi buah pepaya terhadap produksi ASI ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Pasiran Jaya Tahun 2024. *Jurnal Sehat Indonesia (JUSINDO)*. <https://doi.org/10.59141/jsi.v7i2.313>
- Diana, D., et al. (2024). The effect of combining oxytocin massage and breast care on breast milk adequacy. *Jurnal Healt*.
- Ernawati, D., Ani, M., & Muyassaroh, Y. (2024). Effect of combination of breast massage and oxytocin massage. *Journal of Midwifery Science*. <https://doi.org/10.31983/jomisbar.v6i2.12741>
- Handayani, S. W., Susaldi, & Syarah, M. (2023). Efektivitas pijat oksitosin dan woolwich massage. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i6.1029>
- Heryani, P., & Khofiyah, N. (2023). The effect of oxytocin massage on breast milk production of postpartum mothers. *Menara Journal of Health Science*.
- 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>
- Inayati, P. G., et al. (2025). The application of oxytocin massage to increase breast milk production in postpartum mothers. *Journal of Indogenius Special Issue*.
- Kristanti, Y., et al. (2025). Efektivitas pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum normal dan SC. *Indonesian Journal of Midwifery*.
- Labibah, A., & Sri Wenda, D. (2022). The effect of oxytocin massage on the rapid expulsion of breast milk. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(3), 834–840. <https://doi.org/10.34011/jks.v2i3.779>
- Nelina, T., & Maria, A. D. B. (2024). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandira Cendikia*. <https://doi.org/10.70570/jikmc.v3i11.1476>
- Noviyani, F., et al. (2024). Pijat oksitosin pada ibu postpartum untuk meningkatkan produksi ASI. *Indonesian Journal of Community Empowerment*.
- Partiwi, N. (2025). The role of oxytocin massage in reducing stress and anxiety in postpartum mothers. *Advances in Healthcare Research*.
- Pramesti, N. D., & Lindayani, E. (2025). The application of oxytocin massage to increase breast milk production. *Jurnal Ners*, 9(3), 5224–5228. <https://doi.org/10.31004/jn.v9i3.46143>
- Purnamasari, L., et al. (2025). The efficacy of oxytocin massage on lactation in nursing mothers. *Jurnal Medisci*.

- Puspita Dewi, W., Sri Haryanti, R., & Nugroho, E. (2025). Efektivitas penggunaan infrared pada pijat oksitosin dalam upaya memperbanyak produksi ASI. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 23(1). <https://doi.org/10.26576/profesi.v23i1.318>
- Sanadi, K., Mayangsari, D., & Mujahidah, S. (2025). Enhancing lactation through oxytocin massage and breast care. *Journal of Midwifery*.
- Sari, N. A., Sunanto, & Hidayati, T. (2025). Effect of oxytocin massage on breast milk production among postpartum mothers. *Health and Technology Journal (HTechJ)*, 1(3). <https://doi.org/10.53713/htechj.v1i3.60>
- Suarni, S., Asikin, H., & Apriani Azis, A. N. (2023). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Moncobalang Kabupaten Gowa Tahun 2023. *Journal of Health Quality Development*. <https://doi.org/10.51577/jhqd.v3i1.856>
- Sunengsih, S., Arisman, Y., & Yolanda, S. D. Y. (2023). Effect of oxytocin massage on breastmilk production. *Jurnal Kebidanan KESTRA*. <https://doi.org/10.35451/jkk.v6i1.1879>