

## Peran Pijat Oksitosin dalam Optimalisasi Produksi ASI: Laporan Asuhan Kebidanan Nifas Komprehensif di RSUD Dr. H. Jusuf SK Tarakan

Thisna Damayanty<sup>1</sup> Vistra Veftisia<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Kebidanan Program Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, tiramiszu86@gmail.com

<sup>2</sup>Kebidanan Program sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, vistravef@gmail.com

Korespondensi Email : tiramiszu86@gmail.com

---

### Article Info

#### Article History

Submitted, 2025-12-09

Accepted, 2025-12-28

Published, 2025-12-30

---

Keywords: Midwifery Care, Comprehensive, Oxytocin Massage, Breast Milk, Postpartum Mothers

Kata Kunci: Asuhan Kebidanan, Komprehensif, Pijat Oksitosin, ASI, Ibu Nifas

---

### Abstract

*Midwifery care is a crucial part of maternal and child health care, especially for mothers who have just given birth. The postpartum period extends from a few hours after the placenta is delivered to 6 weeks or 42 days. Insufficient breast milk production can lead to insufficient supply to the baby. Decreased breast milk production in the first few days after delivery can be caused by insufficient stimulation of the hormones prolactin and oxytocin. Therefore, midwifery care for postpartum mothers, including oxytocin massage, is essential. The method used is descriptive. The report is a case study, involving a postpartum mother at Dr. H. Jusuf SK Tarakan Regional Hospital. Results obtained during comprehensive care revealed the patient complained of insufficient breast milk production. Midwives provide implementation of midwifery care by administering oxytocin massage. The conclusion is that comprehensive midwifery care has been provided starting from pregnancy, childbirth, postpartum, neonates, newborns so that mothers avoid complications and are able to provide smooth breastfeeding to their babies after being given oxytocin massage.*

### Abstrak

Masalah utama yang dihadapi ibu nifas adalah penurunan/ketidacukupan produksi ASI akibat kurangnya stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin. Oleh karena itu, diperlukan intervensi non-farmakologis, seperti Pijat Oksitosin. Tujuan studi kasus ini adalah menganalisis efektivitas penerapan Pijat Oksitosin dalam upaya peningkatan produksi ASI pada ibu nifas. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif. Jenis laporan yang digunakan adalah studi kasus (Case Study) yaitu dengan cara mengambil kasus ibu nifas di RSUD Dr. H Jusuf SK Tarakan. Intervensi Pijat Oksitosin diberikan selama tiga hari dua kali sehari dengan durasi 15 menit. Hasil menunjukkan bahwa setelah intervensi Pijat Oksitosin, terjadi peningkatan signifikan pada produksi ASI ibu. Kesimpulan: Pijat Oksitosin terbukti efektif.

---

## Pendahuluan

Masa nifas merupakan masa yang dimulai setelah plasenta lahir sampai ketika alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil (Helina, Harahap and Sari, 2020). Menurut *World Health Organization*, (2021) ASI eksklusif adalah memberikan ASI saja tanpa memberikan makanan dan minuman lainnya kepada bayi sampai berumur 6 bulan, kecuali obat dan vitamin. Berdasarkan data statistik *World Health Organization* (WHO) tahun 2021 diperoleh data cakupan ASI eksklusif di negara dibawah 50 % cakupan ASI, di Afganistan 43,1 %, Mexico 30,1 %, Myanmar 50,1 %, Nigeria 23,3 %, Paraguay 29,6 %.

Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia pada tahun 2022 persentase bayi kurang dari 6 bulan mendapat ASI eksklusif tercapai 69,7% dari target 45%, cakupan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif meningkat dari tahun 2021 yang sebesar 61,33%. (KemenkesRI, 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Noviyana (2022) menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh salah satu faktor ASI tidak segera keluar setelah melahirkan/produksi ASI kurang. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2021) ditemukan bahwa ibu-ibu berhenti menyusui bayinya pada bulan pertama post partum disebabkan karena puting lecet, serta persepsi mereka tentang ketidakcukupan produksi ASI ibu sehingga tidak dapat memuaskan bayi. Meskipun cakupan ASI meningkat, masalah klinis seperti persepsi ketidakcukupan ASI dan penurunan produksi ASI pada hari-hari awal pascapersalinan akibat kurangnya rangsangan hormon oksitosin dan prolaktin masih menjadi tantangan utama yang mempengaruhi keberhasilan ASI eksklusif

Usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan selain dengan memeras ASI, dapat dilakukan juga dengan melakukan perawatan atau pemijatan payudara, membersihkan puting, sering-sering menyusui bayi meskipun ASI belum keluar, menyusui dini dan teratur serta pijat oksitosin (Nurhidayah, 2021). Pijat Oksitosin merupakan intervensi non-farmakologis berbasis stimulasi tulang belakang yang terbukti efektif menstimulasi sekresi hormon oksitosin (Wahyuningsih *et al.*, 2025). Pijat oksitosin yang diberikan terhadap ibu yang memiliki masalah produksi ASI dapat melancarkan produksi ASI, dikarenakan pijat ini memberikan kenyamanan pada ibu. Kenyamanan yang dirasakan oleh ibu akan dapat dirasakan oleh bayi, sehingga bayi pun merasa nyaman dan dapat menyusui dengan lebih baik (Nurainun, 2021)

Menurut Anggraini dan Dilaruri (2022) yang berjudul “Efektivitas Pijat Oksitosin dalam Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu di puskesmas Payung Sekaki”, dalam penelitian ini disimpulkan bahwa ada efek pijat oksitosin untuk meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Nifas. Penelitian lain juga mengungkapkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada produksi ASI ibu *post partum* sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin di RSUD Panembahan Senopati Bantul dengan nilai *p value* 0,000 ( $p < 0,01$ ) (Dewi, Wulandari and Basuki, 2022). Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik melakukan studi kasus pada Ny. T (Umur 32 Tahun) di RSUD dr. H. Jusuf SK Tarakan untuk menganalisis efektivitas penerapan Pijat Oksitosin dalam upaya meningkatkan kelancaran produksi ASI di masa nifas, menggunakan pendekatan Manajemen Kebidanan SOAP.

## Metode

Studi ini menggunakan desain deskriptif dengan jenis studi kasus (Case Study). Studi kasus berfokus pada analisis efektivitas terapi komplementer Pijat Oksitosin untuk mengatasi keluhan kurangnya produksi ASI pada ibu nifas. Intervensi diberikan pijat oksitosin selama tiga hari, dua kali sehari selama 15 menit.

Metode yang digunakan adalah metode deskriptif. Jenis laporan yang digunakan adalah studi kasus (*Case Study*), yakni melalui suatu permasalahan yang berhubungan dengan kasus maupun tindakan dan reaksi kasus terhadap suatu perlakuan. Metode yang digunakan penulis yaitu dengan mengelola kasus pada ibu nifas yang diberikan terapi

komplementer berupa pijat oksitosin untuk mengatasi keluhan ibu yaitu kurangnya produksi ASI. Pada kasus ini Lokasi pengambilan studi kasus dilakukan di RSUD dr. H.Jusuf SK Tarakan. Pengambilan studi kasus dilakukan pada bulan Agustus 2025. Instrument yang digunakan adalah lembar observasi. Teknik pengumpulan data meliputi wawancara, observasi, dan studi dokumen (rekam medis dan hasil pemeriksaan penunjang).

### Hasil dan Pembahasan

Ny. T saat kunjungan nifas mengeluh produksi ASI yang kurang lancar sehingga Ny. T khawatir tidak mampu memberikan asupan nutrisi ASI pada bayinya. Seorang ibu pasca melahirkan mempunyai kecemasan yang meningkat sebagai respon adaptasi fungsi fisiologis. Kecemasan yang berlebihan dapat mengakibatkan terhambatnya pembentukan hormon relaksasi yang dapat memicu pengeluaran oksitosin. Memperbanyak produksi ASI dapat dilakukan juga dengan teknik pijat oksitosin. ASI merupakan cairan yang sangat penting untuk bayi karena memiliki kandungan zat antibodi dapat menjaga bayi dari infeksi. Namun ternyata tidak semua ibu postpartum dapat memproduksi ASI dengan jumlah yang cukup bagi bayinya. Upaya-upaya untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum adalah meningkatkan hormon oksitosin dan bagaimana menekan timbulnya kecemasan pada ibu post partum (Riyanti, Mulyani and Astutiningrum, 2019).

Gangguan proses pemberian ASI juga dipengaruhi oleh suasana hati ibu yang rileks dan santai, apabila suasana hati ibu tidak rileks dan santai akan menyebabkan ASI sulit untuk keluar dan juga nutrisi ibu saat menyusui juga harus terpenuhi (Ibrahim, Suciawati and Indrayani, 2021). Hal tersebut sebagaimana dikemukakan pada penelitian Widyaningrum (2025) yang menjelaskan bahwa produksi ASI dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik yang langsung misalnya, perilaku menyusui, psikologis ibu, fisiologis ibu. Menurut asumsi penulis bahwa keluhan pada Ny. T pengeluaran volume ASI ibu sedikit karena ada beberapa hal yang mempengaruhi yaitu keadaan psikis ibu, stress, dan gelisah hal lain ini akan menghambat kerja hormon prolactin dan oksitosin sehingga ASI hanya keluar sedikit.

Pengkajian data objektif pada tanggal 23 Agustus 2025 didapatkan hasil TD 110/70 mmHg, nadi 88x/ menit, suhu 36,4°C, respirasi 20x/ menit. Colostrum (+), TFU 2 jari dibawah pusat, kontraksi uterus baik, PPV lochea rubra. Menurut Khasanah & Sulistyawati (2017) Tinggi fundus uteri setelah plasenta lahir adalah 2 jari dibawah pusat dengan berat 750 gram dan Diameter 12,5 cm. Pengkajian data objektif pada tanggal 24 Agustus 2025 didapatkan hasil TD 100/80 mmHg, nadi 82x/ menit, suhu 36,2°C, respirasi 20x/ menit. Colostrum (+), TFU 5 jari dibawah pusat, kontraksi uterus baik, PPV *lochea sanguinolenta*. Sejalan dengan Sutanto (2019) *Lochia Sanguinolenta*: Berwarna merah kuning berisi darah dan lendir, hari 3-7 post partum. Inspeksi pada payudara memperlihatkan tidak ada produksi ASI sesuai dengan data subyektif pada keluhan pasien.

Asuhan kebidanan pada ibu nifas merupakan aspek penting dalam perawatan kesehatan reproduksi. Masa nifas, yang berlangsung dari 6 jam hingga 6 minggu setelah melahirkan, adalah periode yang krusial bagi pemulihan fisik dan emosional ibu. Ny. T mengeluh pengeluaran ASI tidak lancar, ASI yang keluar hanya sedikit, bayinya rewel dan ibu merasa khawatir. Hal ini sejalan dengan penelitian Marwiyah *et al.*, (2022) pada awal pasca persalinan ibu nifas yang memiliki rasa cemas akan menyebabkan blocking terhadap mekanisme *let down reflect*. Data subjektif ini pun sesuai dengan teori Mustika (2020) bahwa terdapat masalah yang kemungkinan dapat terjadi pada masa nifas salah satunya pada bagian payudara yang meliputi ASI tidak keluar, ASI sedikit atau tidak lancar, ASI yang terlalu banyak dan pengeluaran ASI berkepanjangan.

Diagnosa yang ditegakkan pada pengkajian tanggal 24 Maret 2025 yaitu Ny. T Umur 32 Tahun P2A0 Post Partum 1 hari. Masalah : produksi ASI sedikit. Kebutuhan pada ibu dengan masalah ASI tidak lancar, diantaranya: memastikan tanda-tanda vital, TFU dan

kontraksi baik, menjelaskan tentang pemenuhan nutrisi, menjelaskan penyebab ASI tidak lancar, KIE tentang personal hygiene, kebutuhan istirahat, perawatan bayi baru lahir, cara menyusui baik dan benar dan melakukan pijat oksitosin. Informed consent, mengkaji data subjektif, mengkaji data objektif, melakukan diagnosa, mencegah terjadinya perdarahan pada masa nifas, melakukan pemeriksaan TFU dan kontraksi uterus, mendeteksi dan merawat penyebab lain perdarahan dan memberikan rujukan bila perdarahan berlanjut, memberikan konseling kepada ibu atau salah satu anggota keluarga mengenai bagaimana mencegah perdarahan masa nifas karena atonia uteri, mengajarkan ibu cara menyusui yang baik dan benar, pemberian ASI pada masa awal menjadi ibu, menganjurkan ibu untuk istirahat yang cukup dan makan-makanan yang bergizi, mengajarkan ibu untuk mempererat hubungan antara ibu dan bayi baru lahir, menjaga bayi tetap sehat dengan cara mencegah hipotermi, memberitahu manfaat dan cara pijat oksitosin, melakukan pijat oksitosin.

Hal ini juga selaras dengan teori Hidayah (2022) yang mengatakan bahwa asuhan masa nifas diperlukan karena merupakan masa kritis baik ibu dan bayinya, pada kunjungan nifas kedua (KF1) asuhan yang diberikan sesuai juga dengan kebijakan program nasional. Pada penelitian yang dilakukan oleh Tamar (2023) mendukung bahwa adanya tindakan pijat oksitosin yang dilakukan pada ibu nifas karena sangat berpengaruh dalam memperlancar produksi ASI dimana pijat oksitosin tersebut dapat memberikan rasa rileks, tenang dan nyaman sehingga akan meningkatkan hormon oksitosin sehingga akan meningkatkan pengeluaran ASI. Setelah diberikan asuhan selama 3 hari dengan kunjungan rumah sebanyak 2 kali didapatkan bahwa keadaan ibu dalam kondisi baik, tidak ada kesenjangan antara teori dan praktik, berdasarkan hasil dari pemeriksaan tanda-tanda vital ibu dalam batas normal, pada pemeriksaan fisik tidak ditemukan kelainan ataupun tanda bahaya pada ibu.

Setelah dilakukan pijat oksitosin didapatkan bahwa pengeluaran ASI menjadi lancar pada hari ke-5 masa nifas yang ditandai dengan pengeluaran ASI sudah banyak keluar dan tidak kurang, ibu sudah sering menyusui bayinya lebih dari 8 kali sehari, bayinya merasa puas setelah disusui dan tidur dengan tenang, ibu mendengar suara pelan ketika bayi menelan ASI, BAB nya 3 kali sehari, BAK 6 kali sehari, ASI keluar saat dipencet dengan tangan, terdengar suara menelan bayi saat menyusui, payudara ibu tegang, payudara ibu teraba penuh, ASI merembes saat dipencet dengan tangan. Hal ini menunjukkan bahwa dengan diberikan pijat oksitosin akan lebih memperlancar produksi ASI pada ibu nifas. Hasil ini mengkonfirmasi prinsip bahwa stimulasi fisik pada area punggung dapat memicu refleksi oksitosin sehingga dapat melancarkan produksi ASI ibu.

### **Simpulan dan Saran**

Penerapan Pijat Oksitosin terbukti efektif menstimulasi dan melancarkan produksi ASI pada Ny. T, sehingga mendukung pemberian ASI eksklusif pada ibu nifas Ny.T umur 32 tahun di RSUD dr. H. Jusuf SK Tarakan. Diharapkan Fasilitas kesehatan (RSUD) disarankan mengintegrasikan Pijat Oksitosin sebagai bagian dari asuhan komplementer standar untuk mengatasi masalah ASI pada ibu nifas.

setelah melakukan studi kasus asuhan kebidanan ini mahasiswa dapat menerapkan atau mengaplikasikan ilmu dan keterampilan yang telah didapatkan pada praktik lahan nanti.

### **Ucapan Terima Kasih**

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Direktur RSUD dr. H. Jusuf SK Tarakan, seluruh Dosen beserta staf program studi Pendidikan Program Profesi Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama penulisan laporan serta suami, dan orang tua saya dan seluruh keluarga tercinta yang telah mendoakan dan membantu baik berupa bantuan moril maupun materi hingga terselesainya laporan ini.

### Daftar Pustaka

- Anggraini, F. And Dilaruri, A. (2022) 'Efektifitas Pijat Oketani Dan Pijat Oksitosin Dalam Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu (Asi)', *Jurnal Vokasi Keperawatan (Jvk)*, 5(2), Pp. 93–104.
- Aryani, Y., Alyensi, F. And Fathunikmah, F. (2021) 'Buku Proses Laktasi Dan Teknik Pijat Oksitosin'. Malay Culture.
- Dewi, F.K. And Triana, N.Y. (2023) 'Pengaruh Kombinasi Perawatan Payudara (Breast Care) Dan Pijat Oksitosin Terhadap Bendungan Payudara Dan Produksi Asi Ibu Post Partum', *Journal Of Innovation Research And Knowledge*, 3(1), Pp. 4955–4968.
- Dewi, I.M., Wulandari, A. And Basuki, P.P. (2022) 'Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum', *Jurnal Keperawatan*, 14(1), Pp. 53–60.
- Helina, S., Harahap, J.R. And Sari, S.I.P. (2020) 'Buku Panduan Pijat Laktasi Bagi Bidan'. Natika.
- Herliawati, P.A. And Ariyanti, K.S. (2025) 'Faktor Ekstrinsik Masalah Mental Health Pada Ibu Pasca Melahirkan (Kualitatif Studi)', *Jomis (Journal Of Midwifery Science)*, 9(2), Pp. 150–159.
- Hidayah, F., Rini, S. And Hikmanti, A. (2022) 'Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas', In *Prosiding Seminar Nasional Unimus*.
- Hidayat, T. And Utami, T. (2022) 'Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ny W Dengan Post Sectio Caesarea Di Ruang Bougenvile Prof Dr. Margono Soekarjo Purwokerto', *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 1(7), Pp. 1167–1174.
- Ibrahim, S.S., Suciawati, A. And Indrayani, T. (2021) 'Pengaruh Edukasi Pijat Oksitosin Terhadap Pengetahuan Ibu Postpartum Di Klinik Ikhwan Sentul Kabupaten Bogor Tahun 2021', *Journal For Quality In Women's Health*, 4(1), Pp. 7–13.
- Kumaravel, N. (2021) 'World Alliance For Breastfeeding Action (Waba) News Brief: Breastfeeding For A Sustainable World'. Sage Publications Sage Ca: Los Angeles, Ca.
- Lestari, S.S.T., Fatimah, S.S. And Ayuningrum, S.S. (2021) 'Pijat Oksitosin Laktasi Lancar, Bayi Tumbuh Sehat'. Penerbit Elmatara.
- Marwiyah, N. *Et Al.* (2022) 'Faktor Determinan Yang Mempengaruhi Terjadinya Postpartum Blues Pada Ibu Nifas', *Faletehan Health Journal*, 9(01), Pp. 89–99.
- Megasari, K. And Ardhianti, Y. (2022) 'Penerapan Pijat Oksitosin Dalam Upaya Meningkatkan Produksi Asi Di Pmb Dince Safrina Kota Pekanbaru', *Community Engagement And Emergence Journal (Ceej)*, 3(2), Pp. 188–194.
- Miskiyah Tamar (2023) 'Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui', *Jurnal Inspirasi Kesehatan*, 1(2), Pp. 123–132. Available At: <https://doi.org/10.52523/jika.v1i2.64>.
- Mustika, D.N., Nurjanah, S. And Ulvie, Y.N.S. (2020) 'Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Asi Eksklusif'. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Nani, S.A. (2024) 'Pemberian Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Pegandon Kabupaten Kendal', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(12), Pp. 3575–3579.
- Noviyana, N. *Et Al.* (2022) 'Efektifitas Pijat Oksitosin Dalam Pengeluaran Asi', *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 5(1), Pp. 23–33.
- Nurainun, E. And Susilowati, E. (2021) 'Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas: Literature Review', *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 7(1), P. 20.
- Nurhidayah, N. (2021) 'Fisiologi Laktasi', *Manajemen Laktasi Berbasis Evidence Based Terkini*, Pp. 1–20.
- Putri, S.R. (2021) 'Efektifitas Pijat Oksitosin Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Keberhasilan Relaktasi Pada Ibu Nifas', *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(01), Pp. 1–7.

- Rahajeng, R. *Et Al.* (2023) 'Effect Of Vitamin C Exposure To Fibroblast Cells On Woman Uterosacral Ligament Culture', *Medical Laboratory Technology Journal*, 9(2).
- Rahmawati, N.A. *Et Al.* (2021) *Asuhan Keperawatan Manajemen Laktasi Dengan Pendekatan Berbasis Bukti: Buku Ajar*. Media Nusa Creative (Mnc Publishing).
- Ri, K. (2022) *Profil Kesehatan Indonesia 2021*, *Pusdatin.Kemendes.Go.Id.*
- Riyanti, E., Mulyani, R.D. And Astutiningrum, D. (2019) 'Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Sc Primipara Di Rs Pku Muhammadiyah Gombong', In *Prosiding University Research Colloquium*, Pp. 850–858.
- Sandriani, R. *Et Al.* (2024) 'Hubungan Pijat Oksitosin Dengan Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Di Rs Ibu Kartini Kisaran Kecamatan Kisaran Barat Kabupaten Asahan Tahun 2022', *Jurnal Siti Rufaidah*, 2(1), Pp. 11–24.
- Utari, U., Astuti, R.P. And Anggreni, M. (2024) 'Efektivitas Pijat Oksitosin Dan Pijat Payudara Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Pmb Y Toboali Bangka Belitung Tahun 2023', *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(2), Pp. 4214–4225.
- Wahyuningsih, S.S.T. *Et Al.* (2025) *Buku Masalah Dalam Pemberian Asi*. Mahakarya Citra Utama Group.
- Widyaningrum, N. *Et Al.* (2024) 'Penguatan Asi Eksklusif Melalui Metode Pendampingan Oksitosin, Breast Care Dan Nutrasetika Daun Katuk', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 5(1), Pp. 860–865.
- World Health Organization, Unicef, U. (2024) *Trends In Maternal Mortality 2000 To 2024: Estimates By Who, Unicef, Unfpa, World Bank Group And The United Nations Population Division: Executive Summary*. World Health Organization.
- Zakiah, S. *Et Al.* (2022) 'Analisis Kasus Continuity Of Care (Coc) Di Tempat Praktek Mandiri Bidan Siti Zakiah Tabanan Tahun 2022: Studi Kasus', *Jurnal Genta Kebidanan*, 12(1), Pp. 31–37.