Prosiding
Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan
Universitas Ngudi Waluyo
Volume 5 No 1 Tahun 2026

Asuhan Kebidanan Nifas pada Ny. Y dengan Masalah Produksi ASI Tidak Lancar Melalui Pijat Oksitosin

Ulfi Amalia[1], Moneca Diah Listiyaningsih[2]
[1] Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, amaliaaulfi@gmail.com
[2]Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, monecadyah@unw.ac.id

Korespondensi Email : amaliaaulfi@gmail.com

Article Info
Article History
Submitted, 2026-05-17
Accepted, 2026-05-22
Published, 2026-06-24

Keywords: Continuity of Care, Midwifery Care, Postpartum, Oxytocin Massage, Breast Milk Problems

Kata Kunci: Asuhan Kebidanan Berkelanjutan, Asuhan Kebidanan, Nifas, Pijat Oksitosin, ASI Tidak Lancar

Abstract

The postpartum period is a recovery phase after childbirth accompanied by lactation adaptation. One of the common problems experienced by postpartum mothers, especially primiparas, is inadequate breast milk production. Oxytocin massage is a non-pharmacological method that can help improve breast milk flow through oxytocin hormone stimulation. This article aimed to describe the implementation of oxytocin massage in a postpartum mother with inadequate breast milk production. The method used was a descriptive case study with a continuity of care approach in a primiparous postpartum mother. Data were collected through interviews, observation, and physical examination. The intervention consisted of education and demonstration of oxytocin massage for ±15–20 minutes with the assistance of the husband. The results showed that on the 10th day postpartum, the mother still complained of low breast milk output despite having a good diet and frequent breastfeeding. After oxytocin massage was performed, evaluation on the 12th postpartum day showed smoother breast milk flow and the baby appeared more satisfied after breastfeeding. In conclusion, oxytocin massage is effective in improving breast milk flow in postpartum mothers and can be applied as a non-pharmacological intervention in postpartum midwifery care.

Abstrak

Masa nifas merupakan masa pemulihan setelah persalinan yang disertai proses adaptasi laktasi. Salah satu masalah yang sering dialami ibu postpartum, terutama primipara, adalah produksi ASI yang belum lancar. Pijat oksitosin merupakan salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat membantu meningkatkan pengeluaran ASI melalui stimulasi hormon oksitosin. Artikel ini bertujuan menggambarkan penerapan pijat oksitosin pada ibu nifas dengan keluhan produksi ASI kurang lancar. Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif dengan pendekatan continuity of care pada seorang ibu nifas primipara. Data diperoleh melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Intervensi berupa edukasi dan demonstrasi pijat oksitosin selama ±15–20 menit dengan

bantuan suami. Hasil menunjukkan bahwa pada postpartum hari ke-10 ibu masih mengeluhkan ASI keluar sedikit meskipun pola makan dan frekuensi menyusui sudah baik. Setelah dilakukan pijat oksitosin, evaluasi postpartum hari ke-12 menunjukkan ASI menjadi lebih lancar dan bayi tampak lebih puas setelah menyusu. Dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin efektif membantu meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum dan dapat diterapkan sebagai intervensi nonfarmakologis dalam asuhan kebidanan masa nifas.

Pendahuluan

Masa nifas merupakan masa pemulihan alat reproduksi ibu yang dimulai setelah persalinan hingga sekitar enam minggu postpartum. Salah satu proses penting pada masa nifas adalah proses menyusui, karena Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi terbaik bagi bayi baru lahir. Pemberian ASI eksklusif memiliki manfaat besar bagi bayi maupun ibu, antara lain meningkatkan daya tahan tubuh bayi, mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal, serta membantu mempercepat involusi uterus pada ibu postpartum (Sulfianti, 2021).

Namun demikian, banyak ibu nifas terutama primipara mengalami hambatan dalam kelancaran produksi ASI pada awal masa postpartum. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kelelahan setelah persalinan, kurangnya stimulasi menyusui, stres, kecemasan, serta belum optimalnya kerja hormon prolaktin dan oksitosin (Nugroho et al., 2020; Wulansari et al., 2020). Produksi ASI yang belum lancar sering menimbulkan kecemasan dan menurunkan kepercayaan diri ibu dalam menyusui, sehingga berisiko menyebabkan kegagalan pemberian ASI eksklusif.

Berbagai upaya dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI, baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Salah satu metode nonfarmakologis yang banyak digunakan adalah pijat oksitosin (Nurainun & Susilowati, 2021). Pijat oksitosin merupakan pijatan pada daerah sepanjang tulang belakang hingga costa kelima dan keenam yang bertujuan merangsang hormon oksitosin sehingga membantu memperlancar pengeluaran ASI. Selain meningkatkan produksi ASI, pijat oksitosin juga memberikan efek relaksasi, mengurangi ketegangan, dan meningkatkan kenyamanan ibu postpartum (Noviyana et al., 2022).

Berdasarkan hasil pengkajian pada Ny. Y postpartum hari ke-10 ditemukan bahwa ibu mengeluhkan ASI masih keluar sedikit meskipun pola makan sudah baik dan ibu rutin menyusui bayinya. Setelah dilakukan edukasi dan demonstrasi pijat oksitosin bersama suami, evaluasi menunjukkan produksi ASI ibu menjadi lebih lancar. Hal tersebut menunjukkan bahwa pijat oksitosin dapat menjadi salah satu intervensi efektif dalam asuhan kebidanan masa nifas untuk membantu meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan kebidanan berkelanjutan (*continuity of care*) pada ibu nifas dengan masalah produksi ASI tidak lancar. Asuhan dilakukan melalui satu kali kunjungan utama pada postpartum hari ke-10 dan evaluasi lanjutan pada postpartum hari ke-12. Subjek dalam studi kasus ini adalah satu orang ibu nifas primipara yang mengalami ketidaklancaran pengeluaran ASI pada masa postpartum. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik untuk menilai kondisi umum ibu, proses laktasi, serta kelancaran pengeluaran ASI. Data subjektif meliputi keluhan ibu terkait produksi ASI, frekuensi menyusui, pola istirahat, dan pola nutrisi, sedangkan data objektif diperoleh dari pemeriksaan tanda vital, kondisi payudara, dan keadaan umum ibu nifas. Intervensi yang diberikan berupa pijat oksitosin yang dilakukan pada area sepanjang tulang belakang

hingga costa kelima dan keenam selama ±15–20 menit atau sampai ibu merasa nyaman. Pijat oksitosin dilakukan dengan bantuan suami setelah diberikan edukasi dan demonstrasi mengenai teknik pijat yang benar. Evaluasi dilakukan dengan menilai perubahan kelancaran pengeluaran ASI, frekuensi menyusui, serta respon subjektif ibu setelah dilakukan intervensi. Data hasil asuhan disajikan secara deskriptif dalam bentuk narasi dengan membandingkan kondisi sebelum dan sesudah pemberian pijat oksitosin.

Hasil dan Pembahasan

Masa nifas merupakan masa pemulihan organ reproduksi yang dimulai setelah lahirnya plasenta hingga ±6 minggu postpartum. Pada masa ini terjadi proses involusi uterus, pengeluaran lochea, penyembuhan luka jalan lahir, serta adaptasi laktasi dan psikologis ibu. Pemantauan masa nifas penting dilakukan untuk mendeteksi dini adanya komplikasi serta memastikan proses pemulihan ibu berjalan fisiologis.

Pada Ny. Y dilakukan pemantauan nifas melalui empat kali kunjungan, yaitu 2 jam postpartum, hari ke-3 postpartum, hari ke-10 postpartum, dan hari ke-14 postpartum. Pada kunjungan 2 jam postpartum tanggal 23 April 2026, ibu mengeluhkan kelelahan setelah persalinan dan ASI yang masih keluar sedikit berwarna kekuningan. Hasil pemeriksaan menunjukkan keadaan umum baik dengan kesadaran compos mentis, tekanan darah 114/73 mmHg, nadi 86 kali/menit, suhu 36,6°C, dan respirasi 20 kali/menit. Pemeriksaan fisik menunjukkan lochea rubra ±50 cc, kontraksi uterus baik, dan tinggi fundus uteri 2 jari di bawah pusat. Kondisi tersebut menunjukkan involusi uterus berjalan normal dan tidak ditemukan tanda perdarahan postpartum. Ibu juga mengalami nyeri luka episiotomi derajat II sehingga masih takut untuk mobilisasi dan BAK.

Pada kunjungan nifas hari ke-3 postpartum, ibu mengatakan kondisi tubuh sudah membaik, mampu melakukan aktivitas ringan secara mandiri, serta BAK dan BAB sudah lancar. Namun ibu masih mengeluhkan produksi ASI yang sedikit. Pemeriksaan menunjukkan tanda vital dalam batas normal yaitu tekanan darah 109/79 mmHg, nadi 80 kali/menit, suhu 36,7°C, dan respirasi 20 kali/menit. Pemeriksaan fisik menunjukkan lochea sanguinolenta ±20 cc tanpa tanda infeksi serta TFU 3 jari di bawah pusat. Penurunan TFU dan perubahan lochea menunjukkan proses involusi uterus berjalan fisiologis. Luka episiotomi tampak membaik dan tidak ditemukan tanda infeksi nifas.

Pada kunjungan nifas hari ke-10 postpartum, kondisi umum ibu masih baik dengan tekanan darah 112/73 mmHg, nadi 87 kali/menit, suhu 36,6°C, dan respirasi 20 kali/menit. Pemeriksaan fisik menunjukkan lochea alba berwarna putih kekuningan tanpa bau, serta luka episiotomi sudah mengering. Meskipun demikian, ibu masih mengeluhkan produksi ASI yang dirasakan kurang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi meskipun pola makan ibu sudah baik dan frekuensi menyusui cukup sering. Keluhan produksi ASI yang belum optimal pada postpartum hari ke-10 dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kelelahan, stres, kurangnya stimulasi hormon oksitosin, serta adaptasi laktasi pada ibu primipara (Riffa Ismanti & Fifi Musfirowati, 2021). Berdasarkan kondisi tersebut dilakukan edukasi dan demonstrasi pijat oksitosin kepada ibu dan suami. Menurut Bahtiyar et al., (2026) pijat oksitosin dilakukan pada daerah sepanjang tulang belakang hingga costa kelima dan keenam selama ±15–20 menit dengan posisi ibu senyaman mungkin, seperti duduk bersandar atau sedikit membungkuk ke depan. Pijatan diberikan secara perlahan menggunakan ibu jari atau jari lainnya dengan gerakan memutar dan usapan lembut pada area punggung atas hingga tulang belikat. Untuk meningkatkan kenyamanan, pijatan dapat dibantu menggunakan baby oil. Intervensi ini bertujuan merangsang pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam refleks pengeluaran ASI (*let down reflex*). Rangsangan pada area punggung akan diteruskan ke otak sehingga memicu pelepasan hormon oksitosin, yang kemudian merangsang kontraksi sel-sel di sekitar alveoli payudara dan membantu pengeluaran ASI menjadi lebih lancar. Selain membantu meningkatkan kelancaran ASI, pijat oksitosin juga memberikan efek relaksasi yang membuat ibu merasa lebih nyaman, mengurangi ketegangan, serta membantu mengatasi kelelahan pasca persalinan. Kondisi

relaks tersebut turut membantu menurunkan hormon stres sehingga proses menyusui dapat berlangsung lebih optimal.

Hasil evaluasi pada postpartum hari ke-12 menunjukkan adanya peningkatan pengeluaran ASI setelah ibu melakukan pijat oksitosin secara mandiri dengan bantuan suami. Ibu mengatakan ASI terasa lebih lancar dan bayi tampak lebih puas setelah menyusu. Hal ini menunjukkan bahwa pijat oksitosin efektif membantu meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas. Dukungan suami dalam pelaksanaan pijat oksitosin juga memberikan pengaruh positif terhadap kenyamanan psikologis ibu dan keberhasilan proses menyusui. Dengan demikian, pijat oksitosin dapat menjadi salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif dan mudah dilakukan untuk membantu meningkatkan kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum, terutama pada ibu primipara yang mengalami hambatan menyusui pada awal masa nifas.

Pada kunjungan nifas hari ke-14, Ny. Y mengatakan produksi ASI sudah lancar setelah dilakukan pemijatan sehingga bayi dapat menyusu dengan baik dan lebih sering. Hasil pemeriksaan menunjukkan keadaan umum ibu baik dengan tekanan darah 110/72 mmHg, nadi 80 kali/menit, suhu 36,6°C, respirasi 20 kali/menit, lochea alba berwarna putih kekuningan tanpa tanda infeksi, serta luka jahitan episiotomi sudah mengering. Hal ini menunjukkan bahwa proses involusi uterus dan penyembuhan masa nifas berjalan normal. Menurut Maryunani (2021) pada masa nifas hari ke-14 umumnya lochea telah berubah menjadi alba dan luka perineum mulai sembuh apabila tidak terdapat infeksi maupun komplikasi. Produksi ASI yang lancar setelah pemijatan sebab pijat oksitosin dapat merangsang pelepasan hormon oksitosin dan prolaktin sehingga refleks pengeluaran ASI menjadi lebih optimal. Menurut Miao et al. (2023) stimulasi melalui pijatan mampu membantu mempercepat laktogenesis dan meningkatkan kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum. Pada kasus Ny. Y, intervensi berupa edukasi nutrisi, istirahat cukup, ASI eksklusif, menjaga kebersihan perineum, serta pemberian konseling kontrasepsi IUD menunjukkan hasil yang baik karena ibu dapat menjalani masa nifas secara fisiologis tanpa komplikasi dan produksi ASI menjadi lebih lancar setelah dilakukan pijat oksitosin.

Selain itu dukungan suami sangat berperan dalam masa nifas. Menurut penelitian Kartika et al. (2025) mengenai pengaruh peran suami dan pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas, ditemukan bahwa sebagian besar ibu yang memperoleh dukungan suami dalam pelaksanaan pijat oksitosin mengalami kelancaran produksi ASI. Sebaliknya, ibu nifas yang tidak mendapatkan keterlibatan suami cenderung lebih banyak mengalami ketidaklancaran ASI. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara peran suami dan pelaksanaan pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas. Pada Ny. Y, keterlibatan suami dalam membantu pelaksanaan pijat oksitosin juga memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengeluaran ASI dan kenyamanan psikologis ibu. Dukungan suami selama proses menyusui membantu ibu merasa lebih tenang, rileks, dan percaya diri sehingga refleks oksitosin dapat bekerja lebih optimal. Setelah dilakukan pijat oksitosin secara mandiri dengan bantuan suami, ibu mengatakan ASI terasa lebih lancar dan bayi tampak lebih puas setelah menyusu. Dengan demikian, hasil kasus ini mendukung teori dan penelitian sebelumnya bahwa pijat oksitosin yang disertai dukungan suami efektif membantu meningkatkan kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Rikhaniarti (2022) mengenai efektivitas pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di RSUD I Lagaligo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat oksitosin berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI yang dibuktikan melalui uji Wilcoxon dengan nilai *p value* <0,05. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa hormon oksitosin berperan penting dalam proses pengeluaran ASI (*let down reflex*), sehingga stimulasi melalui pijat oksitosin dapat membantu meningkatkan kelancaran ASI pada ibu postpartum.

Pada Ny. Y, sebelum dilakukan pijat oksitosin ibu mengeluhkan ASI masih keluar sedikit meskipun pola makan ibu sudah baik dan frekuensi menyusui cukup sering. Setelah

dilakukan edukasi dan demonstrasi pijat oksitosin dengan bantuan suami, evaluasi postpartum hari ke-12 menunjukkan ASI keluar lebih lancar dan bayi tampak lebih puas setelah menyusu. Peningkatan kelancaran ASI pada Ny. Y didukung oleh kondisi ibu yang lebih rileks setelah pemijatan serta adanya dukungan suami selama proses menyusui. Dengan demikian, hasil kasus ini menunjukkan bahwa pijat oksitosin dapat menjadi salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif, mudah dilakukan, dan dapat diterapkan dalam asuhan kebidanan masa nifas untuk membantu meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum, khususnya pada ibu primipara.

Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil asuhan kebidanan pada Ny. Y selama masa nifas, kondisi ibu berlangsung secara fisiologis tanpa ditemukan komplikasi postpartum. Meskipun demikian, pada postpartum hari ke-10 ibu masih mengeluhkan pengeluaran ASI yang belum lancar meskipun pola makan dan frekuensi menyusui sudah baik. Setelah dilakukan edukasi dan demonstrasi pijat oksitosin dengan bantuan suami, evaluasi menunjukkan bahwa ASI ibu menjadi lebih lancar dan bayi tampak lebih puas setelah menyusu. Pijat oksitosin membantu merangsang hormon oksitosin yang berperan dalam refleks pengeluaran ASI sekaligus memberikan efek relaksasi sehingga ibu merasa lebih nyaman dan tenang selama menyusui. Dukungan suami dalam pelaksanaan pijat oksitosin juga memberikan pengaruh positif terhadap kondisi psikologis ibu dan keberhasilan proses laktasi. Dengan demikian, pijat oksitosin dapat menjadi salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif, sederhana, dan mudah diterapkan dalam asuhan kebidanan masa nifas untuk membantu meningkatkan kelancaran produksi ASI, khususnya pada ibu primipara.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas terselesaikannya artikel ini. Penulis menyampaikan terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi selama proses penyusunan artikel. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada seluruh dosen Program Studi Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan dukungan selama proses pendidikan. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Ny. Y dan keluarga yang telah bersedia menjadi subjek dalam studi kasus ini. Tidak lupa penulis menyampaikan terima kasih kepada keluarga, sahabat, dan semua pihak yang telah memberikan doa, dukungan, serta semangat sehingga artikel ini dapat terselesaikan dengan baik.

Daftar Pustaka

Bahtiyar, R., & Santoso, E. (2026). Implementasi Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI pada Pasien Post Partum Sectio Caesarea di RS Jakarta Barat. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, *5*(2), 21–27. https://doi.org/10.55606/klinik.v5i2.6148

Kartika, J., Kamalia, R., & Putri, N. C. M. (2025). Pengaruh peran suami dan pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas. *Holistik Jurnal Kesehatan*, *19*(3), 478–484. https://doi.org/10.33024/hjk.v19i3.933

Maryunani, A. (2021). *Inisiasi Menyusui Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi*. Trans Info Media.

Miao, Y., Zhao, S., Liu, W., Jiang, H., Li, Y., Wang, A., & Zhang, Y. (2023). Prevalence and risk factors of delayed onset lactogenesis II in China: a systematic review and meta-analysis. *The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, *36*(1). https://doi.org/10.1080/14767058.2023.2214833

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

Nugroho, A., Sari, N., & Pratiwi, Y. (2020). *Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Postpartum di Puskesmas Patean Kendal*.

Nurainun, E., & Susilowati, E. (2021). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas : Literature Review. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, *7*(1), 20. https://doi.org/10.30602/jkk.v7i1.611

Riffa Ismanti, & Fifi Musfirowati. (2021). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Literature Review. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, *1*(1), 68–77. https://doi.org/10.55606/jrik.v1i1.1542

Rikhaniarti, T., & Salina. (2022). *Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum*. *7*, 2597–8578. http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jkv

Sulfianti. (2021). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Yayasan Kita Menulis.

Wulansari, I., Hafid, R., Paramata, N. R., & Darmayanti, E. (2020). Hubungan Kecemasan Terhadap Produksi ASI Ibu Dengan Persalinan Seksio Sesaria. *Jambura Nursing Journal*, *2*(2), 165–172. https://doi.org/10.37311/jnj.v2i2.8103