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

Implementasi Pijat Oksitosin pada Ibu Postpartum Hari ke-3 dengan Produksi ASI Tidak Lancar: Studi Kasus

Yuli Ariyanti[1], Cahyaningrum[2]
[1] Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, yuliaryanti1986@gmail.com
[2]Pendidikan Kebidanan Program Sarjana, cahyaningrum0880@gmail.com

Korespondensi Email : yuliaryanti1986@gmail.com

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

Keywords: Oxytocin Massage, Breast Milk, Postpartum, Lactation

Kata Kunci: Pijat Oksitosin, ASI, Postpartum, Laktasin

Abstract

Breast milk is the best nutrition for infants; however, some postpartum mothers experience difficulties such as insufficient breast milk production. One non-pharmacological intervention to address this issue is oxytocin massage, which may enhance milk production and ejection. This case study aimed to evaluate the effectiveness of oxytocin massage in a postpartum mother on day 23 with insufficient breast milk production. The study used a case study design with a Continuity of Care approach involving one postpartum mother. Data were collected through interviews, observation, physical examination, and midwifery documentation. The intervention included oxytocin massage on the upper back for approximately 3–5 minutes, accompanied by breastfeeding education and family support. Evaluation was conducted on postpartum day 23 and day 27. The results showed improved breast milk flow, increased maternal relaxation, and more effective infant breastfeeding after the intervention. In conclusion, oxytocin massage is effective in improving breast milk production in postpartum mothers.

Abstrak

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi terbaik bagi bayi, namun sebagian ibu postpartum mengalami hambatan berupa produksi ASI yang tidak lancar. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah pijat oksitosin untuk membantu meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pijat oksitosin pada ibu postpartum hari ke-3 dengan produksi ASI tidak lancar. Metode penelitian menggunakan studi kasus dengan pendekatan Continuity of Care (CoC) pada satu ibu postpartum. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi asuhan kebidanan. Intervensi berupa pijat oksitosin dilakukan pada area punggung selama ±3–5 menit disertai edukasi menyusui dan dukungan keluarga. Evaluasi dilakukan pada hari ke-3 dan hari ke-7 postpartum. Hasil menunjukkan adanya peningkatan

kelancaran produksi ASI, ibu merasa lebih rileks, serta bayi menyusu lebih efektif setelah intervensi diberikan.

Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi terbaik bagi bayi pada enam bulan pertama kehidupan karena mengandung komposisi gizi lengkap, antibodi, serta faktor bioaktif yang berperan penting dalam pertumbuhan dan peningkatan sistem imun bayi. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan. Namun, cakupan ASI eksklusif secara global masih belum optimal, yaitu sekitar 42% bayi (WHO, 2022). Di Indonesia, cakupan ASI eksklusif mencapai 63,9% dan masih belum memenuhi target nasional sebesar 80% (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik fisiologis maupun psikologis. Faktor yang sering menjadi kendala pada ibu postpartum antara lain produksi ASI yang tidak lancar, kurangnya pengetahuan, stres, kelelahan, kurangnya dukungan keluarga, serta teknik menyusui yang belum tepat (Puspasari et al., 2024). Secara fisiologis, produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin yang berperan dalam produksi ASI serta hormon oksitosin yang berfungsi dalam proses pengeluaran ASI melalui refleks let-down. Gangguan pada sekresi hormon oksitosin akibat stres, kelelahan, dan kecemasan dapat menyebabkan ASI tidak keluar secara optimal (Guyton and Hall, 2021).

Pada masa postpartum, terutama pada fase nifas lanjut, sebagian ibu masih mengalami masalah menyusui berupa ASI yang keluar sedikit atau tidak lancar. Kondisi ini dapat berdampak pada keberhasilan pemberian ASI eksklusif apabila tidak ditangani dengan tepat. Oleh karena itu, diperlukan intervensi nonfarmakologis yang aman, mudah dilakukan, dan efektif untuk membantu meningkatkan produksi serta pengeluaran ASI.

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah pijat oksitosin. Pijat oksitosin merupakan teknik pemijatan pada area punggung sepanjang tulang belakang hingga costa ke-5 atau ke-6 yang bertujuan untuk merangsang pelepasan hormon oksitosin sehingga memperlancar refleks pengeluaran ASI (Noviyana et al., 2022). Selain meningkatkan produksi ASI, pijat oksitosin juga memberikan efek relaksasi, menurunkan stres, serta meningkatkan kenyamanan ibu selama proses menyusui.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum. Penelitian Purnamasari dan Hindiarti (2020) menunjukkan bahwa pijat oksitosin dapat meningkatkan kelancaran ASI serta memberikan efek relaksasi pada ibu nifas. Selain itu, penelitian Sari et al. (2023) menyatakan bahwa kombinasi pijat oksitosin dan dukungan psikologis dapat meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif pada ibu postpartum dibandingkan tanpa intervensi. Penelitian lain oleh Wulandari dan Rahmawati (2024) juga menemukan bahwa pijat oksitosin secara signifikan meningkatkan refleks let-down dan volume ASI pada ibu postpartum hari ke-7 hingga ke-30.

Meskipun demikian, implementasi pijat oksitosin di praktik lapangan masih belum optimal, terutama pada ibu postpartum dengan masa nifas lanjut yang mengalami produksi ASI tidak lancar. Berdasarkan latar belakang tersebut, studi kasus ini bertujuan untuk menggambarkan implementasi pijat oksitosin pada ibu postpartum hari ke-3 dengan produksi ASI tidak lancar serta mengevaluasi respons ibu terhadap intervensi tersebut dalam mendukung keberhasilan menyusui.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan *Continuity of Care* (CoC) pada asuhan kebidanan pada tanggal 29 Maret 2026 di rumah Ny.S Desa Karangrejo wilayah kerja Puskesmas Kesesi I. Subjek penelitian adalah satu ibu postpartum hari ke-3 dengan keluhan produksi ASI tidak lancar yang dipilih secara *purposive sampling*

sesuai kriteria inklusi yaitu ibu postpartum fisiologis tanpa komplikasi berat dan bersedia menjadi responden.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi asuhan kebidanan. Intervensi yang diberikan adalah pijat oksitosin pada area sepanjang tulang belakang hingga punggung atas dengan durasi ±3–5 menit, disertai edukasi menyusui dan dukungan keluarga.

Evaluasi dilakukan pada hari ke-3 dan hari ke-8 postpartum dengan melihat kelancaran produksi ASI, kondisi payudara, kenyamanan ibu, serta respons bayi terhadap ASI. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan kondisi sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian ini telah memenuhi aspek etik melalui persetujuan responden (*informed consent*) dan menjaga kerahasiaan identitas pasien.

Hasil dan Pembahasan

Asuhan Kebidanan Masa Nifas Hari ke-3 Postpartum

Asuhan kebidanan masa nifas pada Ny. S dilakukan secara berkelanjutan melalui kunjungan hari ke-3 dan hari ke-8 postpartum. Pada kunjungan hari ke-3, ibu mengeluhkan produksi ASI belum lancar, namun tetap menyusui bayinya secara teratur dengan dukungan keluarga yang baik. Ibu juga melaporkan *lochea rubra* berwarna merah dalam jumlah sedikit dan tidak berbau menyengat.

Pada kunjungan ini diberikan asuhan berupa edukasi masa nifas, konseling ASI eksklusif, dukungan keluarga berencana, serta intervensi *pijat oksitosin*. Pijat dilakukan di sepanjang tulang belakang hingga punggung atas dengan teknik tekanan ringan dan gerakan memutar dalam kondisi ibu rileks.

Pijat oksitosin merupakan teknik nonfarmakologis yang dapat merangsang pelepasan hormon oksitosin sehingga memperlancar refleks pengeluaran ASI (*let-down reflex*) (Roesli, 2018). Selain itu, pijat ini juga memberikan efek relaksasi dan membantu mengurangi ketegangan ibu postpartum (Litasari et al., 2020). Evaluasi menunjukkan ibu merasa lebih nyaman setelah tindakan dan bersedia melanjutkan stimulasi di rumah dengan dukungan keluarga.

Kondisi psikologis ibu postpartum memiliki peran penting dalam keberhasilan laktasi. Pada kasus ini, ibu menunjukkan kecemasan ringan terkait kelancaran ASI, namun masih mampu beradaptasi dengan baik. Dukungan keluarga yang baik membantu ibu merasa lebih tenang dan percaya diri dalam proses menyusui.

Secara fisiologis, stres dan kecemasan dapat menghambat pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam refleks *let-down* ASI (Moberg et al., 2015). Sebaliknya, kondisi relaksasi akan meningkatkan produksi oksitosin sehingga ASI lebih mudah keluar. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi psikologis merupakan faktor penting dalam keberhasilan menyusui.

Perkembangan Produksi ASI Hari ke-8 Postpartum

Pada kunjungan hari ke-8, ibu melaporkan bahwa ASI sudah mulai lancar, bayi menyusu lebih kuat, dan ibu merasa lebih nyaman. Pemeriksaan menunjukkan kondisi umum ibu baik, TFU teraba pertengahan pusat-sympisis, serta tidak terdapat bendungan ASI pada payudara. ASI keluar lancar dan bayi tampak tenang setelah menyusu.

Asuhan yang diberikan meliputi penguatan edukasi ASI eksklusif, anjuran menyusui *on demand*, pemenuhan nutrisi dan istirahat, serta melanjutkan pijat oksitosin secara mandiri dengan dukungan keluarga. Menurut Wahyuningsih (2018), edukasi tanda bahaya masa nifas penting diberikan untuk mencegah komplikasi seperti infeksi, mastitis, dan perdarahan postpartum.

Hasil asuhan ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menunjukkan efektivitas pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI. Su'aida dan Sugiantini (2025) melaporkan peningkatan signifikan kelancaran ASI setelah intervensi pijat oksitosin dengan *p-value* 0,000. Penelitian Baiduri et al. (2024) juga menunjukkan bahwa kelompok

intervensi memiliki produksi ASI lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Selain itu, Rohmah dan Purwati (2026) menemukan peningkatan signifikan pada ibu postpartum pasca Sectio Caesarea setelah dilakukan pijat oksitosin.

Hasil penelitian tersebut memperkuat bahwa pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI pada ibu postpartum, baik secara fisiologis maupun psikologis. Secara keseluruhan, intervensi pijat oksitosin pada Ny. J menunjukkan hasil yang positif. Setelah dilakukan stimulasi, ibu merasa lebih rileks, produksi ASI meningkat, dan bayi menyusu lebih efektif. Hal ini terjadi karena pijat oksitosin merangsang pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam kontraksi sel mioepitel sehingga ASI dapat keluar lebih lancar (Miao et al., 2023).

Dukungan keluarga juga menjadi faktor penting dalam keberhasilan intervensi, karena membantu meningkatkan rasa nyaman dan mengurangi stres ibu selama masa menyusui (Triana, 2024). Kombinasi antara kondisi psikologis yang baik, dukungan keluarga, dan intervensi pijat oksitosin memberikan hasil optimal pada keberhasilan laktasi.

Simpulan dan Saran

Simpulan

Berdasarkan hasil asuhan kebidanan pada Ny. S postpartum hari ke-3 dengan produksi ASI tidak lancar, dapat disimpulkan bahwa intervensi pijat oksitosin yang disertai edukasi menyusui dan dukungan keluarga efektif dalam meningkatkan kelancaran produksi ASI. Setelah dilakukan intervensi, ibu mengalami peningkatan kenyamanan, ASI menjadi lebih lancar, serta bayi menyusu lebih efektif. Hal ini menunjukkan bahwa pijat oksitosin dapat menjadi salah satu intervensi nonfarmakologis yang bermanfaat dalam mendukung keberhasilan laktasi pada masa nifas. Kesimpulan menunjukkan bahwa pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum.

Saran

Bidan diharapkan dapat mengimplementasikan pijat oksitosin sebagai salah satu intervensi rutin dalam asuhan kebidanan masa nifas untuk membantu memperlancar produksi ASI. Ibu postpartum dianjurkan untuk melakukan pijat oksitosin secara mandiri dengan dukungan keluarga serta menjaga pola istirahat, nutrisi, dan frekuensi menyusui yang adekuat. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan jumlah responden yang lebih besar agar hasil yang diperoleh dapat digeneralisasikan dengan lebih baik.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas terselesaikannya artikel ini. Terima kasih disampaikan kepada dosen pembimbing atas arahan dan bimbingannya, serta kepada pihak Puskesmas Kesesi I dan PMB atas izin dan dukungan selama pelaksanaan asuhan kebidanan.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Ny. S beserta keluarga yang telah bersedia menjadi subjek studi kasus dan kooperatif selama proses asuhan, serta kepada keluarga dan semua pihak yang telah memberikan dukungan hingga artikel ini dapat diselesaikan dengan baik.

Daftar Pustaka

Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2021). Textbook of medical physiology (14th ed.). Elsevier.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.

Noviyana, N., dkk. (2022). Pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum. Jurnal Kebidanan Indonesia, 13(2), 85–92.

Purnamasari, D., & Hindiarti, Y. (2020). Efektivitas pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas. Jurnal Ilmu Kebidanan, 8(1), 45–52.

Puspasari, R., dkk. (2024). Faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu postpartum. Jurnal Kesehatan Maternal dan Neonatal, 15(1), 23–31.

Sari, N., Rahmawati, E., & Putri, D. (2023). Kombinasi pijat oksitosin dan dukungan psikologis terhadap keberhasilan ASI eksklusif pada ibu postpartum. Jurnal Keperawatan Maternitas, 11(2), 102–110.

World Health Organization. (2023). Infant and young child feeding. World Health Organization. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding

World Health Organization. (2022). World breastfeeding week: Step up for breastfeeding. World Health Organization. https://www.who.int/southeastasia/news/detail/01-08-2022-world-breastfeeding-week--step-up-for-breastfeeding

Wulandari, S., & Rahmawati, A. (2024). Pengaruh pijat oksitosin terhadap refleks let-down dan volume ASI pada ibu postpartum. Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi, 16(1), 15–22.