

## PENERAPAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI IBU POST PARTUM PRIMIPARA

Vera Fitriana<sup>1</sup>, Luluk Cahyanti<sup>2</sup>, Alvi Ratna Yuliana<sup>3</sup>, Riska Aulia Devitriani<sup>4</sup>,  
Jamaludin<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,5</sup> Dosen D3 Keperawatan Institut Teknologi kesehatan Cendekia Utama Kudus

<sup>4</sup> Mahasiswa D3 Keperawatan Institut Teknologi Kesehatan Cendekia Utama Kudus

Email : [vera.fitriana88@gmail.com](mailto:vera.fitriana88@gmail.com)

### ABSTRAK

Menyusui merupakan hal yang sangat penting bagi ibu untuk buah hatinya, karena Air Susu Ibu (ASI) mengandung banyak nutrisi yang bermanfaat untuk pertumbuhan otak dan kecerdasan bayi. Salah satu penyebab kegagalan dalam pemberian ASI adalah belum keluarnya ASI setelah ibu melahirkan. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin sedangkan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Pengeluaran ASI dapat dipercepat dengan tindakan non farmakologi yaitu pijat oksitosin. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima sampai keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk menggambarkan penerapan terapi pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI ibu post partum primipara. Metode yang digunakan dalam studi kasus ini adalah metode evaluasi tindakan dengan jenis studi kasus deskriptif. Data ini diperoleh dengan cara yaitu : wawancara, lembar observasi, dan dokumentasi. Sampel dalam penelitian ini adalah 2 orang ibu post partum normal primipara hari pertama di RSUD dr R Soetrasno Rembang yaitu Ny.I dan Ny.M. Hasil setelah dilakukan pijat oksitosin selama 5 hari dengan 10 kali pertemuan dan dari kedua responden mengalami peningkatan. Hal tersebut menunjukkan bahwa penerapan pijat oksitosin ini dapat meningkatkan produksi ASI ibu post partum primipara.

**Kata Kunci :** Air Susu Ibu, Pijat Oksitosin, Post Partum Primipara.

### ABSTRACT

*Breastfeeding is very important for mothers for their children, because breast milk (ASI) contains many nutrients that are beneficial for the growth of the baby's brain and intelligence. One of the causes of failure in breastfeeding is the lack of milk after the mother gives birth. Breast milk production is influenced by the hormone prolactin, while the production of breast milk is influenced by the hormone oxytocin. Milk production can be accelerated by non-pharmacological measures, namely oxytocin massage. Oxytocin massage is a massage along the spine (vertebrae) to the fifth to sixth costae bones and is an attempt to stimulate the hormones prolactin and oxytocin after childbirth. The purpose of this case study is to describe the application of oxytocin massage therapy to increase breast milk production in primiparous postpartum mothers. The method used in this case study is an action evaluation method with a descriptive case study type. This data was obtained by means of: interviews, observation sheets, and documentation. The samples in this study were 2 primiparous normal post partum mothers on the first day at dr R Soetrasno Hospital Rembang, namely Ny.I and Ny.M. The results after oxytocin massage for 5 days with 10 meetings and from both respondents experienced an increase. This shows that the application of oxytocin massage can increase the milk production of primiparous postpartum mothers.*

**Keywords:** *Mother's milk, Oxytocin Massage, Primiparous Post Partum.*

## LATAR BELAKANG

Masa nifas atau disebut juga masa puerperium atau masa post partum adalah dimulainya setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat reproduksi kembali normal seperti pada kondisi sebelum hamil. Masa nifas berlangsung kira-kira selama enam minggu. Tetapi, seluruh alat genital baru pulih kembali dalam waktu tiga bulan seperti pada saat sebelum hamil. (Febi Sukma et al., 2017). Pada masa nifas, ibu akan mengalami beberapa perubahan fisiologis salah satunya perubahan pada panyudara. Payudara ibu nifas akan menjadi bengkak, teraba kencang dan menghitam disekitar puting, ini menandakan dimulainya proses menyusui. (Sulaeman et al., 2019)

Menyusui merupakan hal yang sangat penting bagi ibu untuk buah hatinya, karena Air Susu Ibu (ASI) mengandung banyak nutrisi yang bermanfaat untuk pertumbuhan otak dan kecerdasan bayi. (Irianti & Simamora, 2021). Semua zat yang terkandung dalam ASI seperti lemak, vitamin, zat putih, karbohidrat, hormon, enzim, mineral, dan sel darah putih yang sangat dibutuhkan oleh bayi untuk tumbuh dan berkembang. ASI juga mengandung enzim tertentu yang berfungsi sebagai zat penyerapan yang tidak akan mengganggu enzim lain di usus. Sedangkan pada susu formula tidak memiliki kandungan enzim tersebut sehingga penyerapan makanan sepenuhnya bergantung pada enzim di usus bayi. (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2019). Kandungan pada ASI yang juga tidak didapati pada susu formula yaitu imunoglobulin yang mampu mengurangi risiko bayi terjangkit berbagai macam penyakit seperti diare, demam, gangguan pencernaan, kematian mendadak dan proteksi terhadap alergi makanan. (Munir et al., 2019). Manfaat ASI tersebut akan diperoleh secara optimal apabila ibu memberikan ASI eksklusif (tanpa tambahan makanan) selama enam bulan. (Mariana et al., 2019)

Bayi yang mendapatkan ASI eksklusif pada usia nol sampai enam bulan dari data UNICEF pada tahun 2014 menjelaskan bahwa hanya 32,6% dari mereka yang disusui secara eksklusif selama enam bulan pertama. Di negara berkembang hanya 39% ibu-ibu yang memberikan ASI eksklusif. Cakupan ASI eksklusif di India mencapai 46%, di Philipina 34%, di Vietnam 27% dan Myanmar 24%. (UNICEF, 2014). Menurut data profil kesehatan Indonesia pada tahun 2016 cakupan ASI eksklusif secara nasional pada bayi 0-5 bulan sebanyak 54,0%, dan bayi sampai usia enam bulan sebanyak 29,5%. (Mariana et al., 2019). Sedangkan di Jawa Tengah cakupan pemberian ASI eksklusif pada tahun 2017 mencapai 54,4% dan pada tahun 2019 capaian pemberian ASI eksklusif di Rembang sebesar 68,1%. (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2019)

Beberapa faktor yang perlu diperhatikan agar seorang ibu bisa menyusui secara eksklusif yaitu kesehatan, pengalaman, istirahat dan rasa nyaman. Setelah ibu melahirkan, ibu akan mengalami rasa tidak nyaman diseluruh tubuh, stres dan cemas tidak bisa mencukupi kebutuhan ASI untuk bayinya. Hal ini akan menghambat sekresi hormon oksitosin. Hormon oksitosin berperan dalam pengeluaran ASI. Apabila sekresi hormon oksitosin terhambat, pengeluaran ASI menjadi tidak lancar. (Sulaeman et al., 2019). Pengeluaran ASI yang tidak lancar dapat menimbulkan pembengkakan pada payudara dan dapat menyebabkan infeksi serta mastitis jika tidak segera diatasi. (Mariana et al., 2019)

Masalah tersebut dapat ditangani dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Cara farmakologi untuk memperlancar ASI yaitu dengan meminum obat pelancar ASI seperti Domperidone dan susu laktasi untuk ibu menyusui. Sedangkan cara non farmakologi untuk pelancaran pengeluaran ASI seperti akupuntur, konsumsi daun kelor dan daun katuk, hypnobreastfeeding dan pemijatan. (Anggorowati et al., 2021). Pemijatan tersebut dapat berupa pijat woolwich, pijat payudara, dan pijat oksitosin. (Anggorowati et al., 2021)

Pijat oksitosin adalah pijat disepanjang tulang belakang (vertebre) sampai tulang costae kelima atau keenam. Pijat oksitosin berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat membuat ibu tenang dan rileks, sehingga ASI bisa keluar dengan sendirinya. (Sulaeman et al., 2019). Pijat oksitosin dilakukan 2 kali sehari pada pagi dan sore hari dengan durasi 3-5 menit atau sampai ibu merasa rileks. (Irianti & Simamora, 2021). Melalui pemijatan tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata yang langsung mengirim pesan ke hipotalamus untuk mengeluarkan oksitosin. Oksitosin menstimulasi kontraksi sel-sel otot polos yang mengelilingi fennus laktiferus kelenjar mammae yang menyebabkan kontraktilitas mioepitel payudara sehingga dapat meningkatkan pengeluaran ASI. (Sulaeman et al., 2019). Melalui pijat oksitosin ini juga akan merileksasikan ketegangan, menghilangkan stres, cemas, dan khawatir. (Seri et al., 2019)

Efektifitas pijat oksitosin tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Irianti, E., Simamora, Y, R (2020) dengan judul “Pijat Oksitosin Berperan Untuk Meningkatkan Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum Primipara” yang menunjukkan  $p=0,002$  sehingga dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin dapat meningkatkan pengeluaran ASI pada ibu post partum. (Irianti & Simamora, 2021)

Efektifitas pijat oksitosin dibandingkan tindakan lainnya seperti breastcare juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Zurotunida pada tahun (2016) dengan judul “Perbedaan Pijat Oksitosin Dan Breastcare Terhadap Waktu Pengeluaran ASI Di RSI Dinda Tangerang” menunjukkan hasil produksi ASI pada ibu post partum dengan pijat oksitosin sebanyak 40,6% sedangkan ibu post partum yang dilakukan breastcare menunjukkan hasil sebanyak 37,5%. Artinya, ibu post partum yang dilakukan pijat oksitosin pengeluaran ASInya lebih cepat dibandingkan dengan ibu post partum yang dilakukan berastcare. (Zurotunida & Yunita, 2016)

Penelitian yang dilakukan Titik Wijayanti pada tahun (2017) yang berjudul “Perbedaan Metode Pijat Oksitosin Dan Breastcare Dalam Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Primipara” juga menyatakan bahwa pijat oksitosin lebih cepat untuk pengeluaran ASI ibu post partum dibandingkan breastcare dengan hasil sebanyak 80% jumlah kelancaran ASI ibu post partum yang dilakukan pijat oksitosin dan sebanyak 66,7% jumlah kelancaran ASI ibu post partum yang dilakukan breastcare. Artinya, pijat oksitosin lebih efektif meningkatkan produksi ASI dibandingkan dengan breastcare post partum. (Wijayanti & Setiyaningsih, 2017)

Penelitian lainnya yang berkaitan dengan terapi pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI oleh Sulaeman R., Lina P., Masadah, Purnamawati D (2018) dengan judul “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum Primipara” yang menunjukkan  $p=0,000$  artinya ada pengaruh

yang signifikan pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI ibu post partum. (Sulaeman et al., 2019)

Penelitian yang dilakukan oleh Yushida, Zahara E (2019) dengan judul “Efektifitas Pijat Oksitosin Dengan Penyuluhan Teknik Menyusui Menggunakan Leaflet Terhadap Produksi ASI Ibu Post Partum Primipara” menunjukkan hasil  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) yang berarti pijat oksitosin mempunyai pengaruh signifikan dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum primipara.

## **BAHAN DAN METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam studi kasus ini adalah studi kasus deskriptif yaitu dengan mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena (termasuk kesehatan) yang terjadi didalam masyarakat. Rancangan studi kasus ini bertujuan untuk menggambarkan Penerapan Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum Primipara.

Subyek studi kasus dalam karya tulis ilmiah ini adalah dua ibu post partum primipara. Dengan kriteria inklusi pasien ibu post partum primipara yang bersedia menjadi responden, ibu post partum normal hari pertama, ibu post partum primipara yang mempunyai masalah ASI kurang. Sedangkan kriteria eksklusi adalah ibu post partum primipara yang bayinya meninggal, ibu post partum primipara yang memiliki kelainan pada payudaranya seperti mastitis, ibu post partum primipara yang menderita penyakit menular seperti HIV/AIDS dan hepatitis. Post partum merupakan variabel terikat (*dependent*), peningkatan produksi ASI merupakan variabel terikat (*dependent*), dan penerapan pijat oksitosin merupakan variabel bebas (*independent*).

Pijat oksitosin adalah pijat yang dilakukan disepanjang tulang punggung (vertebre) sampai tulang costae kelima sampai keenam, menggunakan minyak kelapa atau baby oil. Pijat ini dilakukan dua kali sehari pada pagi dan sore hari selama 3-5 menit dan diulang sebanyak 3 kali. Pijat oksitosin dilakukan oleh perawat atau keluarga pada ibu post partum. Sebelum menerapkan pijat oksitosin, volume ASI diukur terlebih dahulu (pretest) pada hari pertama post partum kemudian evaluasi hasil akan diukur kembali (posttest) pada hari kelima post partum.

Teknik pengumpulan data pada studi kasus ini yaitu dengan wawancara dan lembar observasi. Penyajian data dilakukan secara deskriptif dengan menilai kesenjangan antara teori yang ada didalam tinjauan pustaka dengan respon klien penerapan pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI pada pasien ibu post partum primipara yang telah dipilih menjadi obyek studi kasus. Etika yang dilakukan untuk mendukung kelancaran studi kasus ini adalah menghormati harkat dan martabat manusia (Respect For Persons), berbuat baik (Beneficence) dan tidak merugikan (Non Maleficence), keadilan (Justice), kerahasiaan identitas (Anonymity), kerahasiaan informasi (Confidentiality), lembar persetujuan responden (Informed Consent).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **HASIL**

Hasil Penerapan Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum Primipara adalah sebagai berikut :

**Tabel 1**

Hasil Implementasi Pijat Oksitosin pada Responden Pertama

Hari/Tanggal	Waktu	Kondisi Payudara Ibu
Hari pertama 8 Februari 2022	Pagi	Klien merasa nyaman setelah dipijat, masih tampak lemas, ASI belum keluar, ASI keluar berupa sebanyak 1 biji kedelai saat dipalpasi, payudara masih kencang dan teraba keras
	Sore	Klien merasa nyaman, payudaranya masih terasa kencang, ASI masih belum lancar keluar
Hari kedua 9 Februari 2022	Pagi	Klien merasa rileks setelah dipijat, payudara masih terasa kencang, ASI masih berupa kolostrum keluar sebanyak 3 tetes ketika dipalpasi, ASI masih belum lancar keluar
	Sore	Klien merasa rileks setelah dipijat, payudara klien bengkak, ASI sedikit keluar setelah di breast pump ( $\pm 2$ sendok makan)
Hari ketiga 10 Februari 2022	Pagi	Klien sudah tidak tampak lemas, payudara klien bengkak, ASI mulai keluar banyak (120ml), merembes ASI dari puting
	Sore	Klien merasa rileks dan nyaman setelah dipijat, bengkak payudara klien mulai membaik, ASI mulai keluar, merembes ASI dari puting
Hari keempat 11 Februari 2022	Pagi	Klien merasa rileks dan nyaman setelah dipijat, ASI keluar lancar, keluar ASI dari puting terus menerus tanpa dipalpasi, payudara terasa penuh atau tegang selama 3-4 jam sekali sebelum di breast pump
	Sore	Klien merasa rileks dan nyaman setelah dipijat, payudara tidak bengkak, ASI mulai meningkat (120-150ml), merembes ASI dari puting
Hari kelima 12 Februari 2022	Pagi	Klien merasa rileks dan nyaman setelah dipijat, payudara tidak bengkak, ASI keluar lancar, merembes ASI dari puting, payudara terasa penuh atau tegang selama 3-4 jam sekali sebelum di breast pump
	Sore	Klien merasa rileks dan nyaman serta merasa bugar setelah dipijat selama 5 hari, payudara tidak bengkak dan tegang, klien mengatakan ASI meningkat, merembes ASI dari puting

Penulis melakukan evaluasi pada responden 1 mengenai pijat oksitosin yang telah dilakukan 10 kali pertemuan secara rutin selama 5 hari. Hasil dari evaluasi klien payudara tidak terasa tegang, ASI merembes keluar melalui puting, ASI keluar saat dipalpasi, badan ibu lebih rileks setelah dipijat, payudara lain

keluar ASI saat payudara sebelah di pompa dan ASI meningkat menjadi 200ml yang artinya peningkatan 200ml dalam 10 kali pertemuan.

**Tabel 2**

Hasil Implementasi Pijat Oksitosin pada Responden Kedua

Hari/Tanggal	Waktu	Kondisi Payudara Ibu
Hari pertama 15 Februari 2022	Pagi	Saat dipalpasi ASI keluar berwarna kekuningan berupa kolostrum sebanyak 2 tetes. klien merasa nyaman dan rileks setelah dipijat, ASI masih belum lancar dan payudara masih terasa kencang
	Sore	Klien merasa nyaman, klien sudah tidak merasa lemas, payudaranya masih terasa kencang, ASI sedikit keluar
Hari kedua 16 Februari 2022	Pagi	Klien merasa rileks setelah dipijat, payudara sudah tidak terasa kencang, bayi sudah mampu melekat pada payudara ibu, ASI sedikit keluar
	Sore	Klien merasa rileks setelah dipijat, payudara klien tidak bengkak, ASI keluar 50ml setelah di breast pump klien
Hari ketiga 17 Februari 2022	Pagi	Klien merasa rileks dan nyaman setelah dipijat, payudara klien tidak bengkak, merembes ASI dari puting, ASI keluar lancar
	Sore	Klien merasa rileks dan nyaman setelah dipijat, payudara klien tidak bengkak, ASI keluar banyak, merembes ASI dari puting
Hari keempat 18 Februari 2022	Pagi	Klien merasa rileks dan nyaman setelah dipijat, payudara sudah tidak bengkak, pengeluaran ASI meningkat, merembes ASI dari puting
	Sore	Klien merasa rileks dan nyaman setelah dipijat, payudara tidak bengkak, ASI mulai meningkat, merembes ASI dari puting.
Hari kelima 19 Februari 2022	Pagi	Klien merasa rileks dan nyaman setelah dipijat, payudara tidak bengkak, ASI meningkat, merembes ASI dari puting
	Sore	Klien merasa rileks dan nyaman serta merasa bugar setelah dipijat selama 5 hari, payudara tidak terasa tegang, ASI merembes keluar melalui puting, ASI keluar saat dipalpasi, badan ibu lebih rileks setelah dipijat, payudara lain keluar ASI saat payudara sebelah di susukan dan ASI meningkat

Penulis melakukan evaluasi pada responden 2 mengenai pijat oksitosin

yang telah dilakukan 10 kali pertemuan secara rutin selama 5 hari. Hasil dari evaluasi klien payudara tidak terasa tegang, ASI merembes keluar melalui puting, ASI keluar saat dipalpasi, badan ibu lebih rileks setelah dipijat, payudara lain keluar ASI saat payudara sebelah di susukan dan ASI meningkat menjadi 250ml setelah di *breast pump* dan diukur dengan gelas ukur yang artinya peningkatan 240ml dalam 10 kali pertemuan.

Penerapan ini dilakukan pada responden 1 dan responden 2. Responden 1 berusia 26 tahun dan responden 2 berusia 22 tahun. Tindakan ini dilakukan selama 5 hari dengan 10 kali pertemuan dan membutuhkan waktu sekitar 15 - 20 menit yaitu responden pertama dilakukan pada tanggal 8 Februari-12 Februari 2022, sedangkan responden kedua dilakukan pada tanggal 15 Februari-19 Februari 2022. Sebelum menerapkan pijat oksitosin, volume ASI diukur terlebih dahulu (pretest) pada hari pertama post partum kemudian evaluasi hasil akan diukur kembali (posttest) pada hari kelima post partum.

## PEMBAHASAN

Studi kasus ini membahas tentang pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI ibu post partum primipara di RSUD dr R Soetrasno Rembang yang berada di Desa Kabongan Kidul Kecamatan Rembang Kabupaten Rembang. Proses pengumpulan data yang telah dilakukan penulis yaitu mulai dari pencarian data klien dengan post partum hari ke 1 di RSUD dr R Soetrasno Rembang, kemudian menemui klien, memperkenalkan diri, menjelaskan tentang maksud tujuan manfaat penelitian dan prosedur tindakan dan mengajukan informed consent kepada klien. Penerapan pijat oksitosin dilakukan pada klien pertama dimulai dari tanggal 8 Februari-12 Februari 2022 di RSUD dr R Soetrasno Rembang selama 2 kemudian dilanjutkan dengan kunjungan ke rumah klien selama 3 hari, sedangkan pada klien kedua dimulai dari tanggal 15 Februari-19 Februari 2022 RSUD dr R Soetrasno Rembang selama 1 hari kemudian dilanjutkan dengan kunjungan ke rumah klien selama 4 hari. Penulis melakukan pijat oksitosin dari dua kali yaitu pada pagi dan sore hari selama 5 hari dengan lama pemijatan sekitar 3-5 menit. Evaluasi respon dilakukan penulis 6-12 jam setelah tindakan.

Menurut tinjauan pustaka pijat oksitosin adalah pijat yang dilakukan di sepanjang tulang belakang (vertebre) sampai costae ke 5-6. Melalui pemijatan pada tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hipotalamus untuk mengeluarkan oksitosin. Oksitosin menyebabkan otot-otot halus disekitar kelenjar payudara mengkerut sehingga ASI keluar. (Sulaeman et al., 2019)

Hasil yang diperoleh dari penerapan pijat oksitosin untuk membantu melancarkan produksi ASI pada kedua klien tercapai, produksi ASI pada kedua klien lancar pendapat ini sesuai dalam Jurnal Keperawatan Silampari tentang hubungan pijat oksitosin dengan kelancaran produksi ASI pada ibu post partum fisiologis hari kedua dan ketiga menyatakan Ibu post partum setelah diberikan pijat oksitosin mempunyai produksi ASI yang lancar.

Menurut Jurnal Kesehatan Perintis, usia ibu sama sekali tidak mempengaruhi kelancaran dan pengeluaran ASI ibu. (Purnamasari & Ingga, 2020). Pada klien pertama berusia 26 tahun, di hari pertama saat dipalpasi ASInya keluar sebanyak 1 biji kedelai dan pada hari kelima setelah dilakukan pijat

oksitosin ASI meningkat menjadi 200ml, sedangkan pada klien kedua berusia 22 tahun, di hari pertama saat dipalpasi keluar berupa kolostrum sebanyak 2 tetes dan pada hari kelima setelah dilakukan pijat oksitosin meningkat menjadi 250ml.

Pola makan klien yang tidak teratur, tidak suka sayur mayur menyebabkan ASI tidak keluar lancar, hal ini sesuai yang dialami oleh klien pertama yang mengatakan bahwa tidak suka sayur mayur kecuali sayur bayam. Sedangkan klien kedua makan teratur, suka sayur mayur. Makanan yang dikonsumsi ibu menyusui harus mencukupi berbagai zat gizi karena sari-sari makanan tersebut akan diubah menjadi ASI yang sangat dibutuhkan oleh bayi. Apabila ibu makan makanan dengan gizi yang cukup dan makan teratur maka produksi ASI akan berjalan dengan lancar. (Sri Rahayu, S.Si.T & Desi Wijayanti ED, SST, 2018). Hal tersebut sesuai bahwa kelancaran ASI dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya, makanan, frekuensi penyusuan, istirahat, psikologi dan dukungan keluarga. (Sulaeman et al., 2019)·(Husanah & Juliarti, 2019)

Terlambatnya menyusukan ASI pada ibu juga dikarenakan teknik pelekatan yang salah dan gizi ibu kurang yang menyebabkan produksi ASI menjadi rendah. Seperti halnya yang dialami oleh klien pertama yang belum menyusukan ASI pada bayinya karena kondisi bayi yang masih dirawat di rumah sakit dan ibu kurang nafsu makan. Sedangkan pada klien kedua mengatakan bayinya belum bisa melakukan pelekatan pada payudara karena bayi masih bingung mencari puting ibu. Hal ini sesuai dengan buku Elisabeth Siwi Walyani dan Endang Purwoastuti (2015) yang menyatakan semakin sering bayi menyusu pada payudara ibu, maka produksi dan pengeluaran ASI semakin banyak. Frekuensi penyusuan ini juga berkaitan dengan kemampuan stimulasi hormon dalam kelenjar payudara. (Elisabeth Siwi Walyani & Th. Endang Purwoastuti, S. Pd, 2015)

Pola istirahat kedua klien didapatkan hasil klien pertama tidur dengan cukup dan klien kedua sering terbangun pada malam hari untuk menyusui dan mengganti popok bayinya. Ibu setelah melahirkan harus mampu menjaga dan mengatur pola tidur agar tetap cukup karena dapat berpengaruh pada kondisi psikologi ibu dan ASI. Ibu menyusui memerlukan istirahat sebanyak mungkin, terutama pada satu atau dua minggu pertama setelah lahir. Kelelahan, stres, dan kecemasan dapat memberikan efek negatif pada produksi ASI dan refleks let down. (Elisabeth Siwi Walyani & Th. Endang Purwoastuti, S. Pd, 2015)·(Mariana et al., 2019)

Memproduksi ASI yang baik memerlukan kondisi jiwa dan pikiran yang tenang. Ibu dengan keadaan psikologi yang tertekan, sedih, dan tegang akan menurunkan volume ASI. (Elisabeth Siwi Walyani & Th. Endang Purwoastuti, S. Pd, 2015). Seperti hasil pengkajian psikologi pada kedua klien didapatkan, klien pertama mengatakan merasa sedih dan cemas karena bayinya mengalami asfiksia, sedangkan klien kedua mengatakan sedikit cemas karena ASInya masih belum lancar keluar.

ASI yang belum lancar pada hari 1 sampai hari ke 2 post partum bukanlah hal patologis sehingga pijat oksitosin dilakukan pada studi kasus ini untuk membantu ibu meningkatkan produksi ASI, menghambat pembengkakan, mengurangi resiko infeksi pada payudara, merileksasikan ketegangan pada punggung dan menghilangkan stres. Seperti yang dirasakan oleh kedua klien setelah pijat oksitosin kedua klien menyatakan badan terasa lebih rileks, dan

pegal-pegal setelah melahirkan berkurang. Pendapat ini diperkuat dalam Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia yang menyatakan ibu yang dilakukan pijat oksitosin akan merasa lebih rileks karena adanya perlakuan massage pada bagian punggung yang menstimulus banyak titik syaraf yang dapat merangsang pengeluaran oksitosin secara cepat. (Wulandari et al., 2018). Pendapat ini juga sesuai dengan Ummah (2014) yang menyatakan bahwa pijat oksitosin dapat mengurangi ketidaknyaman fisik dan memperbaiki mood. (Sulaeman et al., 2019)

Hal ini juga diperkuat dalam jurnal Pijat Oksitosin Pada Ibu Post Partum Primipara Terhadap Produksi ASI dan Kadar Hormon Oksitosin, bahwa pemijatan tengkuk dan punggung memberikan kontribusi yang besar bagi ibu nifas yang sedang menyusui rasa nyaman yang ibu rasakan akan membantu dalam pengeluaran ASI sehingga ibu tidak akan merasakan nyeri baik dari hisapan bayi pada payudara maupun kontraksi uterus karena pada pemijatan tengkuk dan punggung mampu mengeluarkan senyawa endorphin merupakan senyawa yang menyenangkan. Oleh karena itu, pijat oksitosin tidak hanya dilakukan pada hari pertama sampai ketiga post partum, tetapi dapat dilakukan selama ibu menyusui. (Lestari, 2017)

Keluarga dalam hal ini sangat berpengaruh untuk memberikan dukungan khususnya dalam kasus ini membantu melakukan pijat oksitosin pada ibu menyusui. Suami dari kedua klien pada studi kasus yang dilakukan peneliti, mampu mendemonstrasikan pijat oksitosin sesuai dengan SOP setelah diajarkan oleh peneliti. Suami klien pertama melakukan semua tindakan prosedur pijat oksitosin, sedangkan suami klien yang kedua melakukan 9 tindakan dari 13 tindakan prosedur pijat oksitosin, tindakan yang tidak dilakukan oleh suami klien kedua yaitu mencuci tangan sebelum tindakan, membantu ibu melepas pakaian bagian atas dan bra, serta mencuci tangan setelah tindakan.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil pengelolaan studi kasus penulis dapat menyimpulkan bahwa faktor makanan, faktor psikologis, dan isapan anak dapat mempengaruhi kelancaran ASI pada ibu. Kelancaran ASI pada klien pertama dimulai pada hari ke empat, hal ini terjadi karena pada klien pertama selama kehamilan selalu mual dan muntah saat makan, makan tidak teratur, merasa cemas karena kondisi bayinya dan payudara belum disusukan sedangkan pada klien kedua kelancaran ASI terjadi pada hari ketiga karena klien sering mengkonsumsi sayur mayur, makan teratur, dan payudara sering disusukan.

Setelah dilakukan pijat oksitosin selama 10 kali pertemuan selama 5 hari dengan durasi waktu 3-5 menit didapatkan hasil bahwa pijat oksitosin efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum primipara, hal ini ditandai dengan adanya peningkatan produksi ASI pada kedua klien.

### **Saran**

Saran yang dapat penulis sampaikan berdasarkan kesimpulan hasil studi kasus yang telah dilakukan yaitu sebagai berikut :

1. Bagi tenaga kesehatan

Diharapkan supaya tenaga kesehatan dapat menambah pengetahuan dalam meningkatkan produksi ASI melalui pijat oksitosin.

2. Bagi responden  
Diharapkan dapat menambah pengetahuan dan kemampuan ibu dalam meningkatkan produksi ASI melalui pijat oksitosin serta diharapkan bagi ibu untuk melakukan pijat oksitosin setelah lima hari tindakan pemijatan supaya manfaat pijat oksitosin lebih dirasakan.
3. Bagi pengelola kasus selanjutnya  
Diharapkan untuk pengelolaan studi kasus selanjutnya supaya lebih dikembangkan dengan memperbanyak subyek studi kasus dan menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggorowati, Nur, M., & Muniroh, M. (2021). *Literature Riview : Intervensi Non Farmakologis Terhadap Breast Engorgement Pada Ibu Post Partum*. 13(1), 235–252.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Jateng Tahun 2019. *Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*, 3511351(24), 61. <https://dinkesjatengprov.go.id/v2018/storage/2020/09/Profil-Jateng-tahun-2019.pdf>
- Elisabeth Siwi Walyani, A. K., & Th. Endang Purwoastuti, S. Pd, A. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui* (1st ed.). Pustaka Baru Press.
- Febi Sukma, M. K., Elli Hidayati, SST, M., & Siti Nur Jamil, M. K. (2017). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas* (1st ed.). Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Husanah, E., & Juliarti, W. (2019). *Pelaksanaan Pijat Oksitosin Pada Ibu Post Partum di BPM Dince Syafrina Pekanbaru Tahun 2018*. 3(2), 70–75.
- Irianti, E., & Simamora, Y. R. (2021). *Pijat Oksitosin Berperan Untuk Meningkatkan Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum Primipara*. 2(2), 47–50.
- Lestari, N. (2017). *Pijat Oksitosin Pada Ibu Post Partum Primipara Terhadap Produksi ASI dan Kadar Hormon Oksitosin*. 4(2), 120–124. <https://doi.org/10.26699/jnk.v4i>
- Mariana, T., Aristiati, K., & Hadisaputro, S. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Oleh Suami Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(2), 66–86. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jks.v2i2.529> PENGARUH
- Munir, Z., Astutik, L. Y., & Jadid, N. (2019). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum Primipara Di RSIA Srikandi IBI*. 7(2).
- Purnamasari, K. D., & Ingga, Y. I. (2020). Metode Pijat Oksitosin, Salah Satu Upaya Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 2(1–8).
- Seri, U., Sudarto, & Akhmad, A. N. (2019). *Pijat Oksitosin Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Primipara Di Kota Singkawang*. 5(1), 58–62.
- Sri Rahayu, S.Si.T, M. K., & Desi Wijayanti ED, SST, M. K. (2018). *Panduan Pijat Oksitosin Untuk Bidan dalam Kelangungan Kesehatan Ibu dan Anak* (1st ed.). CV. Global Press.
- Sulaeman, R., Lina, P., Masadah, & Purnamawati, D. (2019). *Jurnal Kesehatan Prima* <http://jkp.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/home/index>. 13(1), 10–17.
- UNICEF. (2014). *ASI Penyelamat Hidup dan Efektif di Dunia:*

<http://www.unicef.org/indonesia/id/>.

- Wijayanti, T., & Setiyaningsih, A. (2017). Perbedaan Metode Pijat Oksitosin Dan Breastcare Dalam Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Primipara. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 3(2).
- Wulandari, P., Kustriyani, M., & Aini, K. (2018). *Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum Melalui Tindakan Pijat Oksitosin*. 2(1), 33–49.
- Zurotunida, & Yunita. (2016). Perbedaan Pijat Oksitosin Dan Breastcare Terhadap Waktu Pengeluaran ASI Di RSI Dinda Tangerang. *Indonesian Midwifery Journal*, 2, 12–18.