

# EFEKTIVITAS PIJAT OKSITOSIN DAN *BREAST CARE* DALAM MENINGKATKAN SUPLAI ASI POST *SECTIO CAESAREA*

(Di Rumah Sakit Ratu Zaleha Martapura)

ST. Rahmah<sup>1</sup>, Fitri Ayatul Azlina<sup>2</sup>

Kompartemen Maternitas, Jurusan Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia.

Email : [fitriayatulazlina@ulm.ac.id](mailto:fitriayatulazlina@ulm.ac.id)

## Abstrak

**Latar Belakang:** Persalinan *sectio caesarea* sering menyebabkan hambatan menyusui akibat nyeri, keterbatasan mobilitasi, dan gangguan hormon oksitosin sehingga terjadi ketidakadekuatan suplai ASI. Pijat oksitosin dan *breast care* ialah intervensi nonfarmakologis yang aman dan mudah diterapkan untuk mengatasi masalah tersebut. **Tujuan:** Menerapkan asuhan keperawatan melalui pijat oksitosin kombinasi *breast care* guna meningkatkan suplai ASI pada ibu *post sectio caesarea*. **Metode:** Studi kasus dengan pendekatan kualitatif dalam proses keperawatan dari pengkajian hingga evaluasi pada klien (Ny.B) di Ruang Nifas RSUD Ratu Zaleha, Intervensi utama berupa penerapan pijat oksitosin kombinasi *breast care* selama 15 menit (5 menit pijat oksitosin dan 10 menit *brast care*), sekali sehari malam hari, selama tiga hari berturut-turut, dengan menggunakan waslap, minyak untuk pemijatan. **Hasil dan Pembahasan:** Hasil menunjukkan peningkatan bertahap suplai dan kelancaran pengeluaran ASI, ditandai dengan munculnya tetesan ASI hingga ibu mampu menyusui bayinya secara langsung serta merasa lebih rileks dan percaya diri. **Kesimpulan:** Pijat oksitosin dan *breast care* dapat digunakan karena di anggap aman, dan mudah diterapkan sebagai intervensi keperawatan untuk meningkatkan suplai ASI pada ibu *post sectio caesarea*. **Saran:** Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar untuk memperoleh hasil yang lebih optimal. **Kata Kunci:** *section caesarea*, pijat oksitosin, *breast care*, suplai ASI.

## Abstract

**Background:** *Sectio caesarea* delivery often caused breastfeeding difficulties due to pain, limited mobility, and disruption of the oxytocin hormone, resulting in inadequate breast milk supply. Oxytocin massage and breast care were safe and easy-to-implement non-pharmacological interventions for addressing these problems. **Objective:** This study aimed to implement nursing care through a combination of oxytocin massage and breast care to increase breast milk supply in a post-*sectio caesarea* mother. **Methods:** This study used a qualitative case study approach within the nursing process, from assessment to evaluation, involving a client (Mrs. B) in the Postpartum Ward of Ratu Zaleha Regional General Hospital. The main intervention consisted of a combination of oxytocin massage and breast care for 15 minutes (5 minutes of oxytocin massage and 10 minutes of breast care), once a day in the evening, for three consecutive days. The intervention was performed using a washcloth and massage oil. **Results and Discussion:** The results showed a gradual increase in breast milk supply and improved milk flow, as indicated by the appearance of breast milk droplets until the mother was able to breastfeed her baby directly. The mother also reported feeling more relaxed and confident. **Conclusion:** Oxytocin massage combined with breast care could be used as a safe and easy-to-implement nursing intervention to increase breast milk supply in post-*sectio caesarea* mothers.. **Suggestion:** Future studies were recommended to use a larger sample size to obtain more optimal results. **Keywords:** cesarean section, oxytocin massage, breast care, breast milk supply.

## Pendahuluan

Secara umum, persalinan terbagi menjadi dua metode utama, yaitu persalinan normal dan persalinan *sectio caesarea*, *sectio caesarea* merupakan proses persalinan yang dilakukan melalui tindakan pembedahan pada bagian abdomen (Akbar and Parhusip, 2024). Data dari WHO menunjukkan bahwa angka persalinan dengan tindakan *sectio caesarea* mengalami

peningkatan di berbagai negara. Saat ini, sekitar 21% dari seluruh kelahiran dilakukan melalui prosedur SC, dan angka tersebut diperkirakan akan terus bertambah hingga mendekati 29% pada tahun 2030. (World Health Organization, 2021). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2021, persalinan dengan metode *sectio caesarea* di Indonesia tercatat sebesar 17,6% dari seluruh proses persalinan (Kemenkes Indonesia, 2022). Pada ruang bersalin salah satu wilayah Kota Banjarbaru, Pada

tahun 2018 tercatat 3.406 ibu bersalin, sebanyak 950 ibu atau 27,89% di antaranya melahirkan dengan metode *sectio caesarea* (Mahdalena and Hipni, 2020).

Tindakan persalinan melalui SC dapat menimbulkan berbagai dampak setelah persalinan. Menurut (Setyorini et al., 2022) persalinan SC dapat mempengaruhi kecepatan keluarnya ASI serta menyebabkan kesulitan dalam proses menyusui sehingga rangsangan suplai ASI menjadi terganggu. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Singh et al., 2023) menunjukkan bahwa dari 37,1% wanita yang menjalani persalinan SC, sebanyak 80,9% mengalami kesulitan menyusui akibat rendahnya suplai ASI selama masa rawat inap setelah persalinan, yang pada akhirnya berdampak pada pemberian ASI secara eksklusif.

Pemberian ASI secara eksklusif berperan penting dalam melindungi bayi dari berbagai masalah kesehatan, karena kandungan nutrisi dalam ASI mampu memenuhi kebutuhan gizi bayi sejak lahir hingga usia enam bulan (Damanik et al., 2025). Upaya untuk meningkatkan suplai ASI dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis. Pendekatan farmakologis umumnya memerlukan biaya yang lebih tinggi dan memiliki potensi efek samping yang lebih besar. Oleh karena itu, metode nonfarmakologis atau komplementer lebih sering dipilih, salah satunya melalui penerapan teknik pijat atau massage (Setyorini et al., 2022).

Pijat oksitosin merupakan salah satu metode yang dapat digunakan untuk membantu mengatasi ketidaklancaran suplai ASI (Hidayah et al., 2023). Teknik ini juga dapat dikombinasikan dengan upaya lain untuk meningkatkan suplai ASI, salah satunya melalui perawatan payudara (*breast care*) yang dilakukan dengan memberikan stimulasi pada otot-otot payudara. *Breast care* merupakan teknik perawatan payudara yang dapat dilakukan sejak masa kehamilan hingga setelah persalinan dengan tujuan untuk memperlancar serta meningkatkan suplai ASI, menjaga kebersihan payudara, dan membantu mengatasi kondisi puting susu yang datar (Agustynna Putry, 2024).

Hasil penelitian dari (Rifqiyati and Haryani, 2025) menunjukkan bahwa pasien yang memiliki masalah menyusui tidak efektif Setelah dilakukan perawatan payudara dan pijat oksitosin selama 2 kali dalam 24 jam, diperoleh hasil bahwa ibu memahami pentingnya pemberian ASI bagi bayi,

mengetahui cara melakukan perawatan payudara serta teknik pijat oksitosin. Selain itu, suplai ASI menjadi lebih lancar, bayi tidak rewel, dan bayi sudah dapat menyusu dengan baik. Pemberian edukasi mengenai teknik menyusui, perawatan payudara, serta pijat oksitosin terbukti efektif dalam membantu pasien mengatasi masalah ketidakefektifan menyusui.

Studi pendahuluan yang dilakukan di ruang nifas RSUD Ratu Zaleha Martapura menunjukkan bahwa berdasarkan hasil observasi dan wawancara, ditemukan seorang klien yang mengalami masalah suplai ASI setelah menjalani persalinan *sectio caesarea* pada kelahiran anak ketiga. Pada dua persalinan sebelumnya yang dilakukan secara pervaginam, suplai ASI ibu tergolong lancar sehingga bayi dapat memperoleh ASI secara eksklusif. Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti tertarik untuk memberikan intervensi keperawatan nonfarmakologis berupa pijat oksitosin dan *breast care* sebagai upaya untuk meningkatkan suplai ASI pada ibu *post sectio caesarea*.

## Tujuan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas dari penerapan pijat oksitosin kombinasi *breast care* dalam meningkatkan suplai ASI *Post Sectio Caesarea* di ruang nifas RSUD Ratu Zaleha Martapura.

## Metode

Metode pada penelitian ini adalah penelitian kualitatif bersifat deskriptif dalam bentuk studi kasus. Pengumpulan data dilakukan dengan cara pengkajian, observasi, wawancara langsung pada klien dan keluarga, Tindakan keperawatan meliputi pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi dan evaluasi serta menerapkan *Evidence Based Nursing*. Partisipan dalam penelitian ini adalah satu klien dengan inisial Ny.B *Post Sectio Caesarea* dengan P3A0. Partisipan dalam penelitian ini dipilih dari ibu dengan konsisi post sc yang memiliki keterlibatan dengan kondisi berhubungan keterlambatan atau kurang optimalnya suplai ASI. Pemilihan partisipan juga sesuai dengan tujuan dari penelitian ini. RS Ratu Zaleha Martapura di pilih menjadi lokasi penelitian dikarenakan terdapat ibu dengan menjalani proses persalianan SC dan sesuai dengan

karakteristik yang dibutuhkan peneliti.

Klien menceritakan bahwa dua anak klien lahir secara pervaginam, klien mengatakan langsung dapat menyusui bayinya dengan ASI secara eksklusif dibandingkan dengan anak ketiga yang baru saja di lahirkan dengan proses *Sectio Caesarea* hari ke -1 klien menceritakan ASI tidak mau keluar (kurangnya suplai ASI) sehingga sulit memberikan ASI pada bayinya, sedangkan bayinya menangis kehausan. Sehingga peneliti melaksanakan intervensi yaitu penerapan pijat oksitosin dan dengan *breast care* di awali dengan pemijatan oksitosin selama 5 menit dan dilanjutkan *breast care* selama 10 menit) dilaksanakan pada malam hari dengan menggunakan waslap serta minyak untuk melakukan pemijatan dan perawatan. Pijat oksitosin diawali dengan pemijatan leher dan titik belakang telinga 5-6 kali dilanjutkan pada bagian punggung dengan menyusuri tulang belikat, pemijatan dari punggung bawah ke atas hingga bahu dan menyusuri tulang belakang tidak lupa untuk dibersihkan dengan air hangat atau dingin. Setelah pijat oksitosin dilanjutkan dengan *breast care*, dilakukan sebanyak 3 kali tiap gerakan, diawali pada payudara dimana gerakannya berurutan dari gerakan kupu-kupu besar, kupu-kupu kecil, kebalikan dari kupu-kupu besar, gerakan seperti menggaruk, bawah dengan ditopang secara bergantian, dan segitiga dari belakang kearah aerola. Setelah bagian payudara dilanjutkan pada bagian aerola, pada bagian aerola ini juga dilakukan sebanyak 3 kali tiap gerakan dimulai dari pengukuran aerola dari ketiak dengan jempol, putaran kecil pada aerola, memilin, menjepit, pijat bagian atas dan bentuk kunci C ditekan kearah dalam, dan terakhir kunci C kearah depan seperti memerah ASI.

## Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil yang dilakukan oleh peneliti, diawali dengan pengkajian, analisis data, pengangkatan diagnosa, intervensi, implementasi dan evaluasi.

Penerapan ini dilakukan pada 1 orang partisipan dengan keluhan tidak ada suplai ASI. Adapun hasil pengkajian di dapatkan sebagai berikut :

**Table 1 Pengkajian Keperawatan Klien (Partisipan)**

|            |                   |
|------------|-------------------|
| Tanggal    | Senin, 15-09-2025 |
| Pengkajian | (14.00 WITA)      |

|                 |                                                   |
|-----------------|---------------------------------------------------|
| Inisial Klien   | Ny. B                                             |
| Usia            | 37 tahun                                          |
| Status Obstetri | P3A0<br>P1, P2 (Pervaginam)<br>P3 (SC)            |
| Diagnosa Medik  | Preeklamsia Berat dan<br>Ketuban Pecah Dini       |
| Keluhan         | Payudara terasa<br>kosong dan ASI tidak<br>keluar |

Diagnosa keperawatan yang muncul yaitu menyusui tidak efektif yang berhubungan dengan ketidakadekuatan suplai ASI berdasarkan SDKI dengan kode (D.0029), dengan target ataupun tujuan perawatan selama 3 × 24 jam dengan berdasarkan SLKI dengan luaran Status Menyusui (L.03029) (SDKI, 2017; SLKI 2017)

Intervensi dari diagnosa menyusui tidak efektif yang berhubungan dengan ketidakadekuatan suplai ASI (D.0029) ialah Edukasi Menyusui (I.12393) dengan Obersvesi ; 1.) Identifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi 2.) Identifikasi tujuan atau keinginan menyusui. Terapeutik 1.) Libatkan system pendukung 2.) Lakukan teknik non farmakologis untuk meluncurkan ASI (Pijat oksitosin dan *breast care*) (SIKI, 2018).

Hasil intervensi dan implementasi menunjukkan adanya peningkatan suplai ASI setelah dilakukan intervensi berupa pijat oksitosin dan *breast care* pada klien post SC. Penerapan di lakukan selama 15 menit (5 menit pijat oksitosin dan 10 menit *brast care*), sekali sehari malam hari, selama tiga hari berturut-turut. Pijat oksitosin merupakan teknik pemijatan yang dilakukan sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) hingga mencapai tulang costae kelima hingga keenam, yang bertujuan untuk merangsang pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin setelah persalinan (Hidayah et al., 2023). Selain itu, perawatan payudara (*breast care*) merupakan salah satu intervensi keperawatan yang bertujuan untuk menjaga kebersihan, kesehatan, serta fungsi fisiologis payudara secara optimal, terutama dalam menunjang suplai dan kelancaran pengeluaran ASI pada masa postpartum atau nifas. (Umayah Kumalasari and Tiara Permata Sari, 2024).

Hasil penelitian (Zamilah, 2025) memberikan implikasi yang signifikan terhadap Pijat oksitosin kombinasi *breast care* dapat

dimanfaatkan sebagai intervensi nonfarmakologis yang sederhana, ekonomis, serta mudah diterapkan, baik oleh tenaga kesehatan maupun keluarga di rumah, untuk mendukung keberhasilan proses menyusui. Intervensi ini sangat bermanfaat bagi ibu *post sectio caesarea* yang sering mengalami kendala dalam suplai maupun pengeluaran ASI. Oleh karena itu, pemberian edukasi mengenai teknik pijat oksitosin dan *breast care* perlu diintegrasikan dalam pelayanan di ruang nifas sebagai bagian dari asuhan keperawatan yang komprehensif.

**Table 2 Hasil Intervensi dan Implementasi**

| No. | Hari, Tanggal             | Peningkatan Suplai ASI                                                                                                                                                                                                       |
|-----|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | Senin, 15 September 2025  | Payudara saat di inspeksi terasa kosong<br><br>Saat di perah oleh klien ASI tidak keluar                                                                                                                                     |
| 2.  | Selasa, 16 September 2025 | Klien mengatakan sudah ada mulai pembengkakan nyeri payudara karena merasa terisi ASI<br><br>Tampak keluar tetesan ASI namun tidak banyak                                                                                    |
| 3.  | Rabu, 17 Setember 2025    | Klien mengatakan sudah mulai keluar ASI<br>Ketika dicoba diberikan kepada bayi (dihisap)<br><br>Tampak keluar tetesan ASI<br><br>Tampak kental berwarna kuning saat diperah klien di puting dan langsung diberikan pada bayi |

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengeluaran ASI dan perbaikan kecukupan suplai ASI setelah tiga hari malam hari pelaksanaan intervensi. Klien menyatakan bahwa ASI mulai keluar saat bayi mencoba menyusui, ditandai dengan munculnya tetesan ASI yang tampak kental dan berwarna kekuningan ketika diperah dari puting payudara, kemudian langsung diberikan kepada bayi.

Kondisi ini berbeda dengan sebelum intervensi diberikan, klien mengeluhkan tidak adanya suplai ASI, payudara terasa kosong saat dipalpasi, serta tidak terdapat ASI yang keluar ketika diperah oleh klien.

Dalam penelitian ini klien kurang kooperatif saat dilakukan intervensi dan implementasi sehingga pelaksanaan dalam penelitian belum dapat maksimal dan dalam penelitian ini terdapat keterbatasan penelitian berupa peneliti belum tersertifikasi dan pengkajian masih kurang detail mengenai riwayat DBF.

## KESIMPULAN

Berdasarkan dari penelitian mengenai efektivitas penerapan pijat oksitosin dan *breast care* pada klien post SC di temukan bahwa pijat oksitosin selama 5 menit dan *breast care* selama 10 menit ternyata aman, dan murah dalam meningkatkan suplai ASI.

## SARAN

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar serta menggunakan desain penelitian yang lebih kuat untuk mengetahui efektivitas pijat oksitosin dan *breast care* terhadap peningkatan suplai ASI pada ibu *post sectio caesarea* secara lebih luas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustynna Putry, D., 2024. PENERAPAN BREAST CARE UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST SECTIO CAESAREA DI RSUD KARTINI KARANGANYAR. IJOH: Indonesian Journal of Public Health 2.
- Akbar, A., Parhusip, T.A., 2024. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Persalinan Per Vaginam dan Caesarean Section. Jurnal Pandu Husada 5.
- Damanik, S., Nasution, P., Siahaan, M.F., 2025. PENGARUH PEMBERIAN OLAHAN JANTUNG PISANG TERHADAP KELANCARAN AIR SUSU IBU (ASI) PADA IBU POST PARTUM. JOMIS (Journal of Midwifery Science) 9, 86–94. <https://doi.org/10.36341/jomis.v9i1.5295>
- Hidayah, A., Anggraini, R.D., Studi, P., Kebidanan, D., Tinggi, S., Kesehatan, I., Jombang, H., 2023. Pengaruh Pijat

- Oksitosin terhadap Produksi Asi pada Ibu Nifas di BPM Noranita Kurniawati, Journal of Education Research.
- Kemenkes Indonesia, 2022. Enhanced Recovery after Caesarean Section (ERACS). Enhanced Recovery after Caesarean Section (ERACS).
- Mahdalena, O., Hipni, R., 2020. Determinan Ibu Bersalin Dengan Sectio Caesaria Di RSUD Idaman Banjarbaru Tahun 2018 (Determinants of Maternity with Sectio Caesaria at the Banjarbaru Idaman Hospital in 2018). Jurnal Kebidanan Bestari 4, 2020.
- Rifqiyati, D.A., Haryani, S., 2025. GAMBARAN PENGELOLAAN MENYUSUI TIDAK EFEKTIF DENGAN PIJAT OKSITOSIN DAN PERAWATAN PAYUDARA PADA IBU POST PARTUM SPONTAN DI RSUD GONDO SUWARNO UNGARAN. Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing).
- Setyorini, E., Amelia, R., Setianingsih, A., Poltekkes, H.K., Semarang, K., 2022. EFEKTIVITAS MENYUSUI DINI TERHADAP PRODUKSI ASI. Jurnal Sains Kebidanan 4. <https://doi.org/10.31983/jsk.v4i1.9182>
- Singh, J., Scime, N. V., Chaput, K.H., 2023. Association of Caesarean delivery and breastfeeding difficulties during the delivery hospitalization: a community-based cohort of women and full-term infants in Alberta, Canada. Canadian Journal of Public Health 114, 104–112. <https://doi.org/10.17269/s41997-022-00666-0>
- Umayah Kumalasari, Tiara Permata Sari, 2024. Pengaruh Perawatan Payudara terhadap Bendungan ASI pada Ibu Menyusui. Antigen : Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Gizi 2, 261–267. <https://doi.org/10.57213/antigen.v2i3.414>
- World Health Organization, 2021. Angka persalinan sesar terus meningkat, di tengah meningkatnya kesenjangan akses.
- Zamilah, 2025. HUBUNGAN PIJAT OKSITOSIN DAN BREAST CARE TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA IBU POST SECTIO CAESAREA DI RUMAH SAKIT AWAL BROS BAGAN BATU. Journal of Scientech Research and Development 7.