

## **PENERAPAN PIJAT OKSITOSIN UNTUK MENGATASI MASALAH MENYUSUI INEFEKTIF**

Evy Tri Susanti<sup>1</sup>, Endang Lestari<sup>2</sup>

Departemen Keperawatan Maternitas Akademi Keperawatan Karya Bhakti Nusantara  
 Magelang, (0293) 3149517, 081328487886/e-mail : [evytrisusanti@yahoo.co.id](mailto:evytrisusanti@yahoo.co.id)

---

### **ABSTRAK**

**Latar belakang:** Masa nifas (*puerperium*) merupakan masa yang dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandung kembali sebelum hamil yang berlangsung selama 6-8 minggu dan masalah yang sering muncul adalah ketidaklancaran Air Susu Ibu (ASI). Pijat oksitosin merupakan solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI yaitu pemijatan pada vertebra sampai tulang *costae* kelima-keenam sampai ke payudara selama 2-3 menit. Tindakan pijat oksitosin ini dapat memberikan sensasi rileks pada ibu dan melancarkan aliran syaraf serta aliran ASI kedua payudara lancar. **Tujuan:** Menggambarkan pemberian pijat oksitosin untuk mengatasi masalah menyusui inefektif. **Metode:** Studi kasus tentang penerapan pijat oksitosin pada ibu post partum spontan yang mengalami masalah menyusui. Subyek adalah Ny. E, usia 30 tahun, post partum hari kedua, ASI belum keluar, di Ruang Anggrek RS TK. II 04.05.01 Dr. Soedjono Magelang. **Hasil:** Tindakan pijat oksitosin pada hari pertama selama 2 kali selama 3 menit didapatkan hasil payudara terasa mulai penuh dan kolostrum keluar sedikit. Hari kedua didapatkan hasil payudara sudah penuh dengan ASI, kolostrum dan ASI sudah keluar lancar, bayi puas setelah menyusui. **Simpulan:** Sebelum dilakukan pijat oksitosin payudara teraba kosong, ASI belum keluar, setelah dilakukan pemijatan setiap hari 2 kali selama 3 menit dalam kurun waktu 2 hari, produksi ASI meningkat, payudara teraba penuh dan ASI sudah keluar, bayi tampak puas setelah menyusui, sehingga menyusui inefektif teratasi.

Kata kunci : ASI, Menyusui, Pijat Oksitosin, Post partum

---

### **ABSTRACT**

**Background:** *Puerperium* is a period that begins after the placenta is born and ends when the biological organs return before pregnancy which last for 6-8 weeks and the problem that often arises is the inability of breast milk (ASI). Massage oxytocin is a solution to overcome the lack of launch massaging milk production in the vertebra to bone *costae* the fifth-sixth up to the breasts for 2-3 minutes. This oxytocin massage action can provide a relaxed sensation in the mother and smooth the flow of nerves and the flow of breast milk both breasts smoothly. **Objective:** To describe the administration of oxytocin massage to overcome the problem of ineffective breastfeeding. **Method:** A case study on the application of oxytocin massage to spontaneous postpartum mothers who experience breastfeeding problems. The subject is Ny. E, age 30 years, post partum second day, ASI hasn't come out yet, in the Orchid Room of TK Hospital. II 04.05.01 Dr. Soedjono Magelang. **Results:** The action of oxytocin massage on the first day for 2 times for 3 minutes showed that the breast felt full and the colostrum came out slightly. The second day the results of the breast were full of breast milk, colostrum and breast milk had come out smoothly, the baby was satisfied after breastfeeding. **Conclusion:** Before the massage of oxytocin the breast is palpable, the milk has not come out, after massage every 2 times for 3 minutes within 2 days, the milk production increases, the breast is full and the milk is out, the baby looks satisfied after breastfeeding, so breastfeeding ineffective resolved.

Keywords: breast milk, breastfeeding, oxytocin massage, post partum

## Pendahuluan

*Post partum* spontan adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan dengan ketuntasan ibu atau tanpa anjuran atau obat-obatan (Prawiroharjo, 2008). Masa nifas (*puerperium*) merupakan masa yang dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat kandungan kembali sebelum hamil yang berlangsung selama 6-8 minggu (Winknjastro, 2010). Salah satu masalah yang sering muncul pada ibu *post partum* adalah ketidaklancaran produksi ASI.

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin ini dilakukan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima-keenam menuju payudara, ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar. Oksitosin dapat diperoleh dengan berbagai cara baik melalui oral, intra-nasal, intra-muscular, maupun dengan pemijatan yang merangsang keluarnya hormon oksitosin. Tindakan pijat oksitosin ini dapat memberikan sensasi rileks pada ibu dan melancarkan aliran syaraf serta aliran ASI kedua payudara lancar (Amin & Jaya, 2011).

Menurut data yang didapatkan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2012 tentang ASI menunjukkan bahwa pemberian ASI di kabupaten/kota di Jawa Tengah pada tahun 2012 mengalami

penurunan pada tahun 2011 sebesar 45,36% menjadi 25,6% pada tahun 2012. Beberapa hal yang menghambat pemberian ASI adalah rendahnya pengetahuan ibu dan keluarga lainnya mengenai manfaat ASI dan cara menyusui yang benar, kurangnya pelayanan konseling laktasi dan dukungan petugas dari petugas kesehatan (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2012).

Hasil penelitian Siregar (2004) menunjukkan bahwa pemberian ASI dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain ASI tidak bisa keluar setelah melahirkan atau produksi ASI kurang, kesulitan bayi dalam menghisap, keadaan puting susu ibu yang tidak menunjang, ibu bekerja dan pengaruh promosi pengganti ASI (Mardiyaningsih, 2010).

Berdasarkan hasil data yang diperoleh terdahulu dari bulan Mei 2017 tercatat ibu yang melahirkan dengan *sectio caesarea* berjumlah 42 pasien dari total 67 pasien dengan persalinan *post partum* spontan berjumlah 25 pasien. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di RS TK II. 04.05.01 dr. Soedjono Magelang didapatkan bahwa dalam satu minggu, terdapat tujuh persalinan dimana empat pasien diantaranya persalinan dengan *sectio caesarea*, 3 lainnya persalinan secara normal, 3 dari 7 pasien bersalin merupakan ibu yang mengalami masalah menyusui tidak efektif. Tindakan pijat oksitosin hanya dilakukan pada saat pasien yang mengeluh produksi ASI yang dihasilkan belum keluar banyak sehingga ibu merasa

khawatir tidak dapat menyusui dengan sepenuhnya.

Harapan penulis untuk ibu *post partum* setelah dilakukan pemijatan oksitosin maka dapat memperlancar pengeluaran ASI. Pemijatan oksitosin ini diharapkan pasien dapat melakukannya dengan dibantu keluarga ataupun suaminya serta dapat meningkatkan produksi ASI, sehingga nutrisi bayi dapat terpenuhi. Keberhasilan tindakan pijat oksitosin pada Ny. E dibuktikan dengan pengeluaran ASI pada Ny. E dapat keluar dengan lancar dengan dibantu keluarganya saat dilakukan tindakan tersebut. Maka respon yang didapatkan pada Ny. E bayi pada saat menyusui tidak terhambat serta pasien puas bahwa ASI yang dikeluarkan banyak dan dapat memenuhi nutrisi bayinya.

### **Metodologi**

Metode yang digunakan dalam publikasi ilmiah ini adalah menggunakan metode deskriptif, dengan pendekatan studi kasus, dimana metode ini bersifat mengumpulkan data, menganalisis dan menarik kesimpulan. Penulisan publikasi ilmiah ini mengambil kasus pada Ny. E usia 30 tahun, seorang ibu *post partum* hari kedua, yang belum pernah melakukan pijat oksitosin, yang produksi ASI masih sedikit, yang dirawat di Ruang Anggrek RS TK. II 04.05.01 Dr. Soedjono Magelang pada tanggal 6-07 Juni 2017. Dalam mengumpulkan data, penulis menggunakan beberapa cara diantaranya data yang diperoleh

dari subyek merupakan data subyektif yang berasal dari klien akan divalidasi dengan menggunakan triangulasi sumber yaitu keterangan atau informasi dari keluarga, orang lain ataupun perawat, dapat juga dilakukan triangulasi metode melalui observasi, pengukuran/pemeriksaan fisik, pemeriksaan penunjang dan melihat catatan perkembangan dari rekam medik pasien yang dilakukan selama tiga hari. Teknik pemijatan oksitosin dilakukan setiap hari selama 2x3 menit dalam kurun waktu 2 hari. Publikasi ini didukung juga dengan buku dan hasil jurnal yang berkaitan dengan penerapan asuhan keperawatan.

### **Hasil**

Pasien Ny. E yang mengalami masalah menyusui inefektif dengan keluhan produksi ASI sedikit, kolostrum belum keluar, payudara terasa kosong, dan perlu dilakukan tindakan keperawatan pijat oksitosin. Tindakan yang dilakukan pada tanggal 6 Juni 2017 pukul 11.00 WIB dan pukul 16.00 wib, hari pertama pijat oksitosin diberikan selama 3 menit pada Ny. E didapatkan hasil respon subyektif pasien mengatakan payudara terasa mulai penuh dan kolostrum keluar sedikit. Respon obyektif pasien saat dilakukan pijat oksitosin posisi duduk, payudara terasa penuh, kolostrum dan ASI keluar sedikit.

Tindakan pada hari kedua tanggal 07 Juni 2017 pijat oksitosin diberikan pada Ny.E pada jam 11.00 wib dan jam 16.00 wib

didapatkan hasil respon subyektif pasien mengatakan payudara sudah penuh dengan ASI, kolostrum dan ASI sudah keluar lancar, respon obyektif payudara teraba penuh ASI, bayi puas setelah menyusui dan masalah menyusui inefektif dapat teratasi.

### **Pembahasan**

Saat hamil membuat hormon prolaktin meningkat, tetapi ASI biasanya belum keluar karena masih dihambat oleh kadar estrogen yang begitu tinggi. Hari kedua atau ketiga setelah melahirkan, kadar estrogen dan progesteron turun drastis sehingga hormon prolaktin lebih besar. Alveoli mulai menghasilkan ASI saat kadar estrogen dan progesteron menurun. Mekanisme ini yang membuat produksi ASI ibu optimal dalam waktu 72 jam setelah melahirkan. Masalah ketidakefektifan pemberian ASI pada saat menyusui adalah ketidakpuasan atau kesulitan ibu dalam proses pemberian ASI (Carpenito, 2007).

Pasien dapat melakukan teknik pemijatan oksitosin dengan benar, dengan tujuan ASI yang dikeluarkan cukup banyak. Teknik pemijatan oksitosin yang dilakukan yaitu dengan cara pemijatan tulang belakang pada costa ke lima sampai enam dan scapula yang akan mempercepat kerja saraf para simpatis dalam merangsang hipofisis posterior untuk mengeluarkan oksitosin. ASI diproduksi atas hasil kerja gabungan antara hormon dan reflek. Selama kehamilan perubahan pada hormon berfungsi

mempersiapkan jaringan kelenjar susu untuk memproduksi ASI.

Melalui pijatan atau rangsangan tulang belakang ini juga dapat merileksasi ketegangan dan menghilangkan stres dan dengan begitu hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran ASI dibantu dengan isapan bayi pada puting susu pada saat proses menyusui (Guyton & Hall, 2007).

Semakin lama pijat oksitosin dilakukan semakin cepat pengeluaran ASI pada ibu *post partum*. Semakin lama pijat oksitosin dilakukan pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang semakin ibu akan merasakan rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan hilang. Ibu yang merasa nyaman, santai dan tidak kelelahan dapat membantu merangsang pengeluaran hormon oksitosin (Wiji, 2013).

Menurut Depkes RI (2007), manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu sehingga merangsang pelepasan hormon oksitosin. Ibu yang bingung atau pikiran kacau, takut dan cemas dapat menghambat reflek *let-down*. Pijat oksitosin bermanfaat untuk meningkatkan gerakan ASI ke payudara, menambah pengisian ASI ke payudara, dan memperlancar pengeluaran ASI.

Setelah melakukan tindakan pemijatan oksitosin penulis membandingkan pengeluaran ASI yang dikeluarkan oleh Ny. E sebelum dan sesudah tindakan pemijatan oksitosin. Sebelum dilakukan pijat oksitosin payudara pasien terlihat sedikit keras, ASI

yang dikeluarkan tidak lancar dan banyak. Maka pasien disarankan untuk melakukan pijat oksitosin dengan benar secara rutin agar dapat menyusui dengan maksimal dan dapat memenuhi nutrisi bayi. Sebelum melakukan tindakan penulis menjelaskan tentang cara melakukan pemijatan oksitosin pada pasien dan keluarga.

Berdasarkan beberapa teori dan penelitian tentang tindakan pemijatan oksitosin penulis dapat menyimpulkan bahwa tindakan pijat oksitosin tersebut dapat memperlancar proses pengeluaran ASI pada pasien yang ASInya belum keluar banyak. Faktor pendukung pada proses penerapan tindakan pijat oksitosin adalah kondisi Ny. E yang kooperatif serta keluarga yang dapat mendampingi dan merawat pasien dengan baik dan secara moral, material, dalam proses menyusui bayinya dengan lancar.

Tindakan pijat oksitosin yang dilakukan secara mandiri oleh pasien dibantu dengan keluarga, setelah dilakukan tindakan pijat oksitosin kondisi pasien dapat menyusui secara benar. Untuk mencegah agar pasien dapat mengeluarkan ASI dengan lancar maka diharuskan pasien mampu membangkitkan rasa percaya diri untuk menyusui bayinya, mengonsumsi makanan yang dapat memperlancar pengeluaran ASI, dan keluarga mampu membantu pasien dalam melakukan pijat oksitosin.

## Simpulan

Sebelum dilakukan pijat oksitosin payudara teraba kosong, ASI belum keluar, setelah dilakukan pemijatan setiap hari 2 kali selama 3 menit dalam kurun waktu 2 hari, produksi ASI meningkat, payudara teraba penuh dan ASI sudah keluar, masalah menyusui inefektif teratasi.

## Ucapan Terima Kasih

Dalam hal ini penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur Akper Karya Karya Bhakti Magelang dan Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat yang telah memberikan dukungan moril maupun materiil dalam penyelesaian publikasi ini.

## DAFTAR RUJUKAN

- Amin, M., Rehana., Jaya, H. (2011). *Efektifitas Massase Rolling (Punggung) terhadap produksi ASI pada ibu post operasi Sectio Caesarea di RS Muhammadiyah Palembang*. Diunduh tanggal 08 Juli 2018, dari [http://poltekkespalembang.ac.id/userfiles/files/efektifitasmassase\\_rolling%28punggung%29.pdf](http://poltekkespalembang.ac.id/userfiles/files/efektifitasmassase_rolling%28punggung%29.pdf).
- Carpenito, Lynda Juall. 2006. *Buku Saku Diagnosa Keperawatan*. Jakarta : EGC
- Depkes RI. (2007). *Panduan Manajemen Laktasi : Diit Gizi Masyarakat*. Jakarta : Depkes RI
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2012) . *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*.
- Guyton & Hall . (2007). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Jakarta : EGC

- Mardiyarningsih, E . (2010). *Efektifitas Kombinasi Marmet dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu post partum di Rumah Sakit Wilayah Jawa Tengah . Tesis. Universitas Indonesia.* Diunduh tanggal 08 Juli 2018, dari <http://elib.stikesmuhgombang.ac.id>
- Prawiroharjo, S., 2008 . *Ilmu Kebidanan.* Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Wiji, R. N. (2013). *ASI dan Panduan Ibu Menyusui.* Yogyakarta : Nuha Medika
- Winkjosastro, H. 2010 . *Ilmu Kebidanan.* Jakarta : PT. Pustaka Sarwo Prawiroharjo