

## ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU POSTPARTUM DENGAN MASALAH KETIDAKEFEKTIFAN PEMBERIAN ASI MELALUI INTERVENSI PIJAT OKSITOSIN DI PUSKESMAS MELUR KOTA PEKANBARU

Rizky Masyitoh<sup>1</sup>, Deswinda<sup>2</sup>, Afrida Sriyani<sup>3</sup>

[masyitohrizky@gmail.com](mailto:masyitohrizky@gmail.com)<sup>1</sup>

Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

### ABSTRAK

Ketidakefektifan pemberian ASI merupakan tantangan utama bagi ibu postpartum, khususnya primipara, yang sering kali dipicu oleh hambatan pengeluaran ASI akibat stres dan kelelahan. Kondisi ini menyebabkan let-down reflex tidak optimal sehingga ASI menjadi "macet". Pijat oksitosin merupakan intervensi non-farmakologis yang bertujuan menstimulasi hormon oksitosin untuk melancarkan pengeluaran ASI dan memberikan efek relaksasi. Mendeskripsikan asuhan keperawatan pada ibu postpartum dengan masalah ketidakefektifan pemberian ASI melalui penerapan intervensi berbasis bukti (Evidence Based Nursing) berupa pijat oksitosin. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus klinis pada Ny. H (G1P1A0) postpartum hari kedua di wilayah kerja Puskesmas Melur, Kota Pekanbaru. Intervensi dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan frekuensi dua kali sehari selama 3–5 menit. Instrumen evaluasi yang digunakan meliputi instrumen LATCH (Breastfeeding Assessment Tool), frekuensi pernapasan untuk mengukur relaksasi, serta indikator luaran Status Menyusui berdasarkan SLKI. Pengkajian awal menunjukkan skor LATCH 4 (kategori kurang), payudara bengkak, dan ASI hanya keluar beberapa tetes. Setelah diberikan intervensi pijat oksitosin dengan melibatkan peran suami, didapatkan hasil signifikan pada hari ketiga: skor LATCH meningkat menjadi 10 (kategori baik), frekuensi pernapasan ibu stabil (18x/menit), pancaran ASI lancar, dan bayi tidak lagi rewel dengan frekuensi miksi > 8 kali per 24 jam. Penerapan pijat oksitosin efektif dalam mengatasi masalah ketidakefektifan pemberian ASI dan menurunkan kecemasan ibu postpartum. Keterlibatan keluarga dalam teknik ini sangat mendukung keberhasilan laktasi secara mandiri di rumah.

**Kata Kunci:** Postpartum, Ketidakefektifan Pemberian ASI, Pijat Oksitosin, Skor LATCH.

### ABSTRACT

*Ineffective breastfeeding is a major challenge for postpartum mothers, especially primiparas, often triggered by inhibited milk ejection due to stress and fatigue. This condition leads to an suboptimal let-down reflex, causing breast milk to become "stagnant." Oxytocin massage is a non-pharmacological intervention aimed at stimulating the hormone oxytocin to facilitate milk ejection and provide a relaxation effect. To describe nursing care for postpartum mothers with ineffective breastfeeding problems through the application of Evidence-Based Nursing (EBN) in the form of oxytocin massage. This study used a clinical case study approach on Mrs. H (G1P1A0), a second-day postpartum mother in the working area of the Melur Health Center, Pekanbaru City. The intervention was carried out for three consecutive days with a frequency of twice a day for 3–5 minutes. Evaluation instruments included the LATCH (Breastfeeding Assessment Tool) instrument, respiratory rate to measure relaxation, and Status Breastfeeding outcome indicators based on the Indonesian Nursing Outcome Standard (SLKI). Initial assessment showed a LATCH score of 4 (poor category), swollen breasts, and milk only coming out in a few drops. After providing oxytocin massage intervention involving the husband's role, significant results were obtained on the third day: the LATCH score increased to 10 (good category), the mother's respiratory rate stabilized (18x/minute), breast milk flow was smooth, and the baby was no longer fussy with a micturition frequency of > 8 times per 24 hours. The application of oxytocin massage is effective in overcoming ineffective breastfeeding problems and reducing anxiety in postpartum mothers. Family involvement in this technique strongly supports the success of independent lactation at home.*

**Keywords:** Postpartum, Ineffective Breastfeeding, Oxytocin Massage, LATCH Score.

### PENDAHULUAN

Masa postpartum atau nifas merupakan fase transisi krusial di mana ibu mengalami perubahan fisiologis dan psikologis yang signifikan, termasuk dimulainya proses laktasi. Air Susu Ibu (ASI) adalah nutrisi tunggal terbaik bagi bayi baru lahir karena mengandung antibodi dan zat gizi yang tidak tergantikan oleh susu formula manapun (WHO, 2023).

Namun, kegagalan pemberian ASI eksklusif masih menjadi tantangan global yang besar. Data terbaru menunjukkan bahwa cakupan ASI eksklusif dunia masih di bawah target 70% yang ditetapkan Majelis Kesehatan Dunia untuk tahun 2030 (UNICEF, 2023). Masalah ini sering kali berakar pada minggu pertama postpartum, di mana ibu mempersepsikan produksi ASI yang tidak mencukupi atau terhambat.

Di Indonesia, efektivitas pemberian ASI menjadi parameter krusial dalam upaya nasional penurunan angka stunting. Salah satu masalah keperawatan dominan pada ibu nifas adalah Ketidakefektifan Pemberian ASI, yang ditandai dengan ketidakmampuan ibu memberikan nutrisi ASI memadai. Laporan dalam lima tahun terakhir mengidentifikasi bahwa rendahnya cakupan ASI dipicu oleh ketidaksiapan fisik dan psikis ibu yang berdampak langsung pada mekanisme pengeluaran ASI (Kemenkes RI, 2022). Secara fisiologis, proses ini diatur oleh hormon prolaktin untuk produksi dan oksitosin untuk pengeluaran. Hormon oksitosin sangat peka terhadap kondisi psikologis; rasa nyeri, kelelahan, dan kecemasan dapat menghambat pelepasannya ke aliran darah sehingga let-down reflex gagal terjadi (Siregar & Batubara, 2023). Kondisi "ASI macet" ini jika dibiarkan dapat memicu komplikasi klinis seperti bendungan payudara, mastitis, hingga penghentian laktasi dini (Pratama et al., 2021).

Guna mengatasi hambatan tersebut, diperlukan intervensi non-farmakologis yang aman, mandiri, dan suportif, salah satunya adalah Pijat Oksitosin. Teknik ini dilakukan dengan pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) hingga tulang belikat ke-5 atau ke-6 untuk merangsang sistem saraf parasimpatis. Stimulasi ini mengirimkan sinyal ke otak untuk memicu pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam kontraksi sel-sel mioepitel payudara (Hayati et al., 2022). Berbagai studi periode 2020-2024 membuktikan bahwa pijat oksitosin efektif memberikan efek relaksasi, menurunkan kadar stres, dan meningkatkan volume pengeluaran ASI secara signifikan pada ibu postpartum (Mulyani & Rahayu, 2023).

Fenomena yang ditemukan di Puskesmas Melur Kota Pekanbaru menunjukkan urgensi masalah ini di tingkat pelayanan primer. Hasil studi pendahuluan melalui observasi dan wawancara mengungkap bahwa 60% ibu postpartum mengalami gejala Ketidakefektifan Pemberian ASI, seperti payudara tegang, ASI sulit keluar, dan distress psikologis karena bayi yang terus menangis. Sebagian besar ibu juga belum terpapar informasi mengenai teknik pemijatan punggung untuk melancarkan ASI. Berdasarkan latar belakang tersebut, studi ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan terapi Pijat Oksitosin terhadap masalah Ketidakefektifan Pemberian ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Melur Kota Pekanbaru.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif dengan pendekatan one-group pretest-posttest design. Pendekatan ini bertujuan untuk mengobservasi efektivitas pemberian ASI pada ibu postpartum sebelum dan sesudah diberikan intervensi pijat oksitosin di wilayah kerja Puskesmas Melur Kota Pekanbaru.

Subjek penelitian adalah seorang ibu postpartum yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi: 1) Ibu postpartum hari ke-1 sampai hari ke-3; 2) Mengalami masalah Ketidakefektifan Pemberian ASI yang ditandai dengan ASI tidak keluar/macet, payudara tegang, dan bayi rewel; 3) Kondisi umum stabil dan kesadaran *compos mentis*; 4) Bersedia menerima intervensi; serta 5) Memiliki pendamping (suami/keluarga) yang kooperatif. Kriteria eksklusi meliputi ibu dengan komplikasi postpartum berat (perdarahan atau

eklampsia), luka/cedera pada area punggung, kelainan anatomi payudara, serta penyakit menular yang menjadi kontraindikasi menyusui.

Intervensi yang diberikan adalah Pijat Oksitosin, yaitu tindakan pemijatan berbasis Evidence Based Practice (EBP) yang dilakukan di sepanjang tulang belakang (vertebrae) hingga tulang belikat ke-5 atau ke-6. Intervensi dilakukan secara rutin selama 3 hari berturut-turut dengan frekuensi 2 sesi per hari (pagi dan sore). Setiap sesi berlangsung selama 3–5 menit dengan gerakan konsisten untuk merangsang sistem saraf parasimpatis agar memicu let-down reflex. Dalam pelaksanaannya, peneliti juga melibatkan dan mengedukasi keluarga (suami) agar mampu melakukan pemijatan secara mandiri.

Instrumen pengumpulan data meliputi lembar observasi frekuensi napas dan LATCH Breastfeeding Assessment Tool. Selain itu, peneliti menggunakan parameter Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) untuk menilai indikator keberhasilan yang meliputi status menyusui (tetesan ASI dan suplai ASI adekuat), tingkat ansietas ibu, serta respon bayi (frekuensi miksi dan perilaku rewel). Penilaian menggunakan skala Likert 1–5 dengan ekspektasi skor yang disesuaikan pada masing-masing indikator (meningkat, menurun, atau membaik).

Data dianalisis secara deskriptif observatif. Perubahan status laktasi dan kondisi klinis pasien dinilai dengan membandingkan nilai indikator antara pre-intervensi dan post-intervensi. Hasil observasi didokumentasikan secara komprehensif dalam format catatan perkembangan pasien (SOAP) untuk menggambarkan respon klinis secara mendalam.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan praktik Evidence Based Nursing (EBN) dilakukan pada Ny. H (26 tahun) dengan diagnosa Menyusui Tidak Efektif di Puskesmas Melur. Karakteristik klinis awal menunjukkan tanda bendungan ASI (breast engorgement) yang bermanifestasi pada payudara teraba keras, ASI hanya keluar beberapa tetes, dan bayi tampak rewel.

Analisis data yang digunakan dalam pelaksanaan praktik Evidence Based Nursing ini mencakup tiga parameter utama: frekuensi napas untuk mengukur tingkat relaksasi ibu, skor LATCH Breastfeeding Assessment untuk menilai teknik menyusui, serta Indikator Keberhasilan Status Menyusui (SLKI) untuk melihat progres klinis secara makro selama 3 hari intervensi Pijat Oksitosin.

Tabel 1. Evaluasi Hasil Penerapan Pijat Oksitosin pada Ny. H

No	Hari/Tanggal	Parameter Klinis	Pre-Intervensi	Post-Intervensi
1	Hari 1 (5 Jan 2026)	Frekuensi Napas (RR)	22 x/menit	19 x/menit
		Skor LATCH	4	7
		Frekuensi Napas (RR)	20 x/menit	18 x/menit
2	Hari 2 (6 Jan 2026)	Skor LATCH	8	9
		Frekuensi Napas (RR)	18 x/menit	18 x/menit
		Skor LATCH	9	10
3	Hari 3 (7 Jan 2026)	Frekuensi Napas (RR)	18 x/menit	18 x/menit
		Skor LATCH	9	10
		Skor LATCH	9	10

Sumber: Data Primer 2026

Tabel 2 Capaian Indikator Keberhasilan Status Menyusui (SLKI) Ny. H Berdasarkan pengamatan selama 3 hari, berikut adalah perkembangan indikator sesuai Standar Luaran Keperawatan Indonesia:

No	Indikator Keberhasilan	Hari 1 (Post)	Hari 2 (Post)	Hari 3 (Post)	Target (Ekspektasi)
<b>1</b>	<b>Meningkat (Skala 1-5)</b>				
	a. Tetesan / pancaran ASI	2	4	5	Meningkat (5)
	b. Suplai ASI adekuat	2	3	5	Meningkat (5)
<b>2</b>	<b>Menurun (Skala 1-5)</b>				
	a. Kecemasan ibu	2	4	5	Menurun (5)
	b. Bayi rewel	2	4	5	Menurun (5)
	c. Lecet pada puting	2	3	5	Menurun (5)
<b>3</b>	<b>Membaik (Skala 1-5)</b>				
	a. Perlekatan bayi	3	4	5	Membaik (5)
	b. Berat badan bayi	3	3	4	Membaik (5)
	c. Frekuensi miksi > 8x/24 jam	2	4	5	Membaik (5)

Sumber: Data Primer 2026

Hasil evaluasi yang didapatkan setelah perawatan dengan terapi Pijat Oksitosin pada Ny. H selama 3 hari menunjukkan keberhasilan intervensi yang sangat signifikan. Secara fisiologis, penurunan frekuensi napas dari 22 x/menit menjadi 18 x/menit menunjukkan bahwa ibu mencapai fase relaksasi yang optimal, yang merupakan syarat utama pelepasan hormon oksitosin. Hal ini didukung dengan peningkatan Skor LATCH yang mencapai angka maksimal (10/10) pada hari ketiga, menandakan proses transfer ASI dari ibu ke bayi telah berjalan sempurna.

Dilihat dari Indikator Status Menyusui (SLKI), pancaran ASI dan suplai ASI meningkat tajam dari skala 2 (cukup menurun) menjadi skala 5 (meningkat). Keluhan subjektif seperti kecemasan dan bayi rewel menurun secara konsisten seiring dengan peningkatan kepercayaan diri ibu. Indikator objektif bayi, terutama frekuensi miksi (BAK) yang mencapai skala 5 (> 8x dalam 24 jam) pada hari terakhir, memastikan bahwa masalah ketidakefektifan pemberian ASI pada Ny. H telah teratasi sepenuhnya melalui intervensi Pijat Oksitosin yang dikombinasikan dengan edukasi teknik perlekatan yang benar.

### Pembahasan

Hasil pengkajian pada Ny. H menunjukkan fenomena klasik bendungan ASI (breast engorgement) yang dipicu oleh kegagalan let-down reflex. Secara patofisiologis, kondisi ini

berkaitan erat dengan stres fungsional dan kelelahan fisik primipara yang memicu lonjakan hormon adrenalin. Menurut Sari et al. (2022), tingginya kadar katekolamin pada ibu postpartum dapat menghambat afinitas reseptor oksitosin pada sel mioepitel payudara, sehingga ASI sulit diejeksikan meskipun volume produksinya mencukupi. Hal ini diperkuat oleh temuan Ramadhani (2021) bahwa tanpa pengosongan duktus laktiferus yang adekuat, tekanan intraduktal akan meningkat dan menekan alveoli, yang jika tidak segera diatasi akan menyebabkan kongesti vena dan edema jaringan payudara (Walyani & Purwoastuti, 2021).

Penegakan diagnosa Menyusui Tidak Efektif berhubungan dengan Hambatan Pelepasan Oksitosin (D.0029) (SDKI, 2017) menjadi prioritas utama karena risiko dehidrasi neonatus dan ancaman kegagalan ASI eksklusif. Data subjektif Ny. H divalidasi dengan skor LATCH awal yang rendah (skor 4), mencerminkan adanya hambatan sirkulasi hormon kasih sayang akibat kecemasan terhadap peran baru sebagai ibu. Sejalan dengan Lestari & Wahyuni (2022), diagnosa laktasi pada primipara sering kali bersifat siklis; di mana kecemasan menghambat oksitosin, dan terhambatnya ASI justru memperparah ansietas ibu.

Intervensi yang dipilih adalah teknik Pijat Oksitosin (SIKI, 2018), sebuah pendekatan non-farmakologis yang bekerja melalui stimulasi saraf sensorik di area vertebrae thoracica T5-T6. Secara fisiologis, pemijatan ini mengirimkan impuls ke hipotalamus untuk memicu pelepasan oksitosin oleh hipofisis posterior ke dalam aliran darah (Handayani et al., 2023). Proses ini secara simultan menekan sistem saraf simpatis, sehingga kadar kortisol menurun dan fase relaksasi parasimpatis tercapai (Ningsih & Rahayu, 2023). Penurunan frekuensi napas Ny. H dari 22 menjadi 18 kali/menit merupakan indikator klinis keberhasilan fase sedatif yang diperlukan untuk memicu kontraksi sel mioepitel payudara.

Dalam implementasinya, keterlibatan suami (father's support) menjadi variabel kunci keberhasilan. Edukasi teknik pijat mandiri kepada suami tidak hanya berfungsi secara teknis, tetapi juga menciptakan ikatan emosional (bonding) yang meningkatkan self-efficacy ibu (Prasetyo, 2023). Sentuhan fisik suami bertindak sebagai stimulator endorfin yang meningkatkan ambang nyeri ibu terhadap luka perineum, sehingga proses perlekatan (latching) menjadi lebih nyaman dan efektif (Saputra, 2022). Hal ini terbukti dengan peningkatan skor LATCH Ny. H hingga mencapai skor maksimal 10 pada hari ketiga.

Evaluasi akhir menunjukkan bahwa tercapainya status menyusui yang meningkat (L.03029) divalidasi oleh indikator hidrasi bayi yang adekuat (miksi >8 kali/24 jam). Keberhasilan ini memperkuat teori bahwa durasi pemijatan yang konsisten selama 3-5 menit selama tiga hari berturut-turut mampu melakukan regulasi hormonal yang mendalam (Kusuma & Rahayu, 2023). Secara keseluruhan, Pijat Oksitosin merupakan gold standard intervensi mandiri keperawatan di tingkat pelayanan primer karena mampu mengatasi hambatan laktasi tanpa ketergantungan pada galactagogue sintetik. Teknik ini memberikan otonomi bagi keluarga untuk mendukung keberhasilan laktasi sekaligus mencegah komplikasi serius seperti mastitis dan stunting di masa depan (Setiawan et al., 2024; Hartono & Wijaya, 2021).

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis asuhan keperawatan pada pasien postpartum di wilayah kerja Puskesmas Melur, dapat disimpulkan bahwa Ketidakefektifan Pemberian ASI merupakan masalah keperawatan prioritas yang dipicu oleh hambatan pelepasan oksitosin dan bendungan payudara. Kondisi ini bermanifestasi pada skor LATCH awal yang rendah (skor 4), payudara tegang, serta distress pada ibu dan bayi. Penerapan Evidence Based Nursing Practice (EBNP) melalui intervensi Pijat Oksitosin terbukti efektif mengatasi

masalah tersebut secara signifikan.

Intervensi pijatan selama 3–5 menit yang dilakukan rutin selama tiga hari menunjukkan keberhasilan dalam memicu let-down reflex, yang ditandai dengan peningkatan skor LATCH hingga mencapai nilai maksimal (10/10) dan normalisasi frekuensi napas ibu (18 x/menit) sebagai indikator relaksasi. Keberhasilan intervensi ini tidak hanya dipengaruhi oleh teknik pijatan pada vertebrae T5-T6, tetapi juga oleh dukungan emosional melalui keterlibatan aktif suami dalam proses asuhan. Secara klinis, efektivitas terapi ini terbukti mampu meningkatkan suplai ASI yang adekuat, ditandai dengan bayi yang tenang dan frekuensi miksi bayi yang normal (>8 kali/24 jam).

Bertitik tolak pada temuan tersebut, penulis menyarankan agar perawat di fasilitas pelayanan kesehatan primer menjadikan Pijat Oksitosin sebagai standar intervensi non-farmakologis rutin dalam asuhan keperawatan ibu postpartum, khususnya pada kasus primipara dengan kendala laktasi awal. Pihak Puskesmas hendaknya mendukung optimalisasi edukasi laktasi dengan melibatkan pendamping (suami/keluarga) sebagai unit pendukung utama untuk memastikan keberlanjutan intervensi di rumah.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan desain kuantitatif dan jumlah sampel yang lebih besar guna memperkuat generalisasi temuan. Peneliti selanjutnya juga dapat mengobservasi korelasi antara Pijat Oksitosin dengan variabel lain seperti durasi tidur bayi, perubahan berat badan bayi secara longitudinal, atau pengukuran kadar hormon prolaktin untuk mendapatkan data fisiologis yang lebih akurat dalam mendukung keberhasilan program ASI Eksklusif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Handayani, S., et al. (2023). Neurophysiological Impact of Back Massage on Oxytocin Secretion in Lactating Mothers. *Journal of Clinical Nursing Research*, 7(1), 12-20.
- Hartono, A., & Wijaya, K. (2021). Perbandingan Efektivitas Metode Non-Farmakologis dalam Manajemen Laktasi. *Jurnal Keperawatan Klinis*, 9(1), 12-19.
- Hayati, S., Sari, A. N., & Rahmawati, E. (2022). Efektivitas Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum: Systematic Review. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 145-155.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kusuma, A., & Rahayu, S. (2023). Evaluasi Status Menyusui pada Ibu Nifas Menggunakan LATCH Score. *Jurnal Maternitas Terpadu*, 4(2), 145-152.
- Lestari, P., & Wahyuni, T. (2022). Hubungan Ansietas dengan Kelancaran ASI pada Ibu Postpartum di Puskesmas. *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 10(3), 210-218.
- Ningsih, S. W., & Rahayu, T. (2023). Mekanisme Hormonal dan Penurunan Kortisol pada Pijat Oksitosin Ibu Postpartum. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 11(2), 88-96.
- Prasetyo, H. (2023). *Psikologi Kebidanan: Dukungan Suami dalam Periode Postpartum*. Penerbit Ilmu Kesehatan.
- Pratama, R., Suwondo, A., & Mardiyono, M. (2021). Kombinasi Pijat Oksitosin dan Teknik Marmet terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum Seksio Sesarea. *Journal of Nursing Practice*, 4(2), 210-218.
- Ramadhani, F. (2021). Pathophysiology of Breast Engorgement and Management Strategies. *Journal of Maternal Care*, 9(2), 102-110.
- Saputra, R. (2022). Manajemen Nyeri Non-Farmakologis dan Dampaknya Terhadap Keberhasilan Menyusui. *Media Keperawatan Indonesia*, 5(3), 145-152.
- Sari, N., et al. (2022). Inhibitory Effect of Adrenaline on Let-Down Reflex in Postpartum Period. *Jurnal Fisiologi Terapan*, 13(4), 198-205.

- Siregar, R. A., & Batubara, N. S. (2023). Manajemen Asuhan Keperawatan Ibu Postpartum dengan Gangguan Laktasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 6(3), 89-102.
- UNICEF. (2023). Breastfeeding: A mother's gift, every child's right. United Nations Children's Fund.
- Walyani, E. S., & Purwoastuti, E. (2021). Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui. Pustaka Baru Press.
- Wardani, T., & Saputra, K. (2023). Impact of Husband-Performed Oxytocin Massage on Maternal Stress and Milk Volume. *Journal of Health Sciences and Nursing*, 5(3), 120-128.
- WHO. (2023). Global Breastfeeding Scorecard 2023: Monitoring Progress on the Way to 2030. World Health Organization.