

## **ANALISIS PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU POSTPARTUM DI KLINIK UTAMA BERSALIN NASTIA**

### *Analysis Of Oxytocin Massage On Smooth Breast Milk Production In Postpartum Mothers At The Nastia Main Maternity Clinic*

**Fitriyanti\*<sup>1</sup>, Nuzulul Rahmi<sup>2</sup>, Raudhatun Nuzul ZA<sup>3</sup>**

<sup>123</sup>Program Studi Sarjana Kebidanan, Universitas Ubudiyah Indonesia

\*Koresponding Penulis: <sup>1</sup>fyanti@uui.ac.id; <sup>2</sup>Nuzulul\_r@uui.ac.id; <sup>3</sup>[Raudhatun@uui.ac.id](mailto:Raudhatun@uui.ac.id)

#### **Abstrak**

Pijat oksitosin adalah intervensi non-farmakologis yang efektif dalam merangsang produksi hormon oksitosin, sehingga mendukung kelancaran produksi Air Susu Ibu (ASI) pada ibu postpartum. Teknik ini melibatkan pemijatan lembut sepanjang tulang belakang untuk merangsang refleks let-down dan pengeluaran ASI. Penelitian ini bertujuan menganalisis pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum di Klinik Utama Bersalin Nastia. Metode yang digunakan adalah crossectional pada 20 ibu postpartum yang menerima pijat oksitosin diambil dengan teknik total sampel. Hasil menunjukkan Hasil analisis bivariat dengan uji chi square menunjukkan rutinitas pijat oksitosin dengan kelancaran ASI ( $p=0,017$ ), dan pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI ( $p=0,019$ ) Hasil analisis bivariat dengan uji chi square menunjukkan ada pengaruh pijat oksitosin dengan kelancaran produksi ASI.

**Kata kunci:** Pijat oksitosin, Produksi ASI, Ibu postpartum

#### **Abstract**

Oxytocin massage is an effective non-pharmacological intervention that stimulates the production of the hormone oxytocin, thereby supporting the smooth production of breast milk (ASI) in postpartum mothers. This technique involves gentle massage along the spine to stimulate the let-down reflex and the release of breast milk. This study aims to analyze the effect of oxytocin massage on the smooth production of breast milk in postpartum mothers at Klinik Utama Bersalin Nastia. The method used was a cross-sectional design involving 20 postpartum mothers who received oxytocin massage, selected using a total sampling technique. The results showed that the bivariate analysis using the chi-square test demonstrated a significant association between routine oxytocin massage and breast milk flow ( $p = 0.017$ ), as well as the effect of oxytocin massage on breast milk smoothness ( $p = 0.019$ ). The findings indicate that oxytocin massage has a significant influence on the smooth production of breast milk.

**Keywords:** Oxytocin massage, Breast milk production, Postpartum mothers

#### **PENDAHULUAN**

ASI eksklusif merupakan pemberian hanya Air Susu Ibu (ASI) kepada bayi selama enam bulan pertama tanpa tambahan cairan lain maupun makanan padat. Para ahli menyatakan bahwa manfaat ASI akan lebih optimal apabila bayi menerima ASI saja dalam periode tersebut. Kandungan antibodi dalam ASI berperan penting dalam menjaga kesehatan bayi dengan membantu melindunginya dari berbagai infeksi.(Azizah & Wulandari, 2022)

Masa nifas merupakan periode penting bagi ibu setelah melahirkan, di mana tubuh mengalami berbagai perubahan fisiologis untuk kembali ke keadaan sebelum hamil. Salah satu aspek penting dalam masa ini adalah proses laktasi atau pengeluaran air susu ibu (ASI). Produksi ASI yang lancar sangat berperan dalam memenuhi kebutuhan nutrisi bayi serta

mendukung tumbuh kembangnya secara optimal. ASI mengandung zat gizi lengkap dan antibodi yang berfungsi melindungi bayi dari infeksi serta meningkatkan daya tahan tubuh. Oleh karena itu, kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum perlu mendapat perhatian khusus.(Rahmat, 2024)

Menurut data dari WHO, kurang dari setengah jumlah bayi berusia di bawah enam bulan di seluruh dunia menerima ASI secara eksklusif. Di Indonesia, tingkat pemberian ASI eksklusif juga belum menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam dua tahun terakhir. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), persentase inisiasi menyusui dini mencapai 47,4% pada tahun 2021 dan meningkat menjadi 58,1% pada tahun 2022. Sementara itu, cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0–5 bulan tercatat sebesar 52,1% pada tahun 2021 dan hanya sedikit naik menjadi 52,2% pada tahun 2022.(WHO, 2024)

Kenyataannya masih banyak ibu yang mengalami masalah dalam proses menyusui, terutama pada hari-hari awal setelah persalinan. Beberapa faktor yang dapat memengaruhi kelancaran produksi ASI antara lain faktor psikologis seperti stres dan kelelahan, kondisi fisik ibu, teknik menyusui yang kurang tepat, serta kurangnya rangsangan terhadap hormon oksitosin yang berperan penting dalam pengeluaran ASI. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang terbukti efektif untuk membantu melancarkan produksi ASI adalah pijat oksitosin.(Doko et al., 2019) Untuk meningkatkan keberhasilan program pemberian ASI pada bayi, salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah memperlancar produksi ASI melalui peningkatan kadar hormon oksitosin dalam tubuh. Hormon oksitosin diproduksi ketika ibu berada dalam kondisi rileks dan nyaman. Salah satu metode yang dapat membantu menciptakan rasa nyaman tersebut adalah dengan melakukan pijat oksitosin. Secara teori, pijat oksitosin merupakan teknik pemijatan yang dilakukan di sepanjang tulang belakang (vertebrae) hingga tulang rusuk kelima dan keenam. Selain memberikan efek relaksasi, pijat ini juga merangsang peningkatan sekresi hormon oksitosin yang berperan dalam menimbulkan kontraksi pada sel mioepitel kelenjar mammae, sehingga membantu memperlancar pengeluaran dan produksi ASI.(Lubis & Angraini, 2021)

Pijat oksitosin merupakan teknik pijatan lembut pada sepanjang tulang belakang hingga tulang rusuk ke-5–6, yang bertujuan untuk merangsang pengeluaran hormon oksitosin. Hormon ini berperan dalam kontraksi sel-sel mioepitel pada kelenjar payudara sehingga mempermudah pengeluaran ASI. Selain itu, pijat oksitosin juga memberikan efek relaksasi, mengurangi stres, memperlancar aliran darah ke kelenjar payudara, serta meningkatkan ikatan emosional antara ibu dan bayi.(Sestu Iriami Mintaninytas, 2022) Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pijat oksitosin dapat meningkatkan volume ASI dan mempercepat waktu keluarnya ASI pada ibu postpartum. Dengan demikian, terapi ini dapat menjadi salah satu alternatif intervensi sederhana, aman, dan efektif untuk mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif. (Bunga Dhiaz Anggraini et al., 2024).

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desaincrosssectional. Penelitian ini dilaksanakan pada 6 September 2025 di Klinik Nastia dengan 20 ibu postpartum sebagai sampel, yang diambil menggunakan teknik total sampling. Data dianalisis menggunakan uji statistik untuk mengetahui perbedaan rata-rata produksi ASI sesudah pijat oksitosin. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dengan Analisa data yaitu uji chi square.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Tabel 1 karakteristik responden**

| Karakteristik responden | Frekuensi | Presentase |
|-------------------------|-----------|------------|
| <b>Usia ibu</b>         |           |            |
| <20 tahun               | 3         | 15         |
| 20-35 tahun             | 16        | 80         |
| >35 tahun               | 1         | 5          |
| <b>Paritas</b>          |           |            |

|                          |           |            |
|--------------------------|-----------|------------|
| Primipara                | 11        | 55         |
| Multipara                | 9         | 45         |
| <b>Proses Persalinan</b> |           |            |
| Normal                   | 20        | 100        |
| <b>Total</b>             | <b>20</b> | <b>100</b> |

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa usia responden yang paling banyak 20-35 tahun 16 orang (80%), paritas paling banyak primipara 11 orang (55%) dan proses persalinan responden semua proses persalinan normal 20 orang (100%).

**Tabel 2 Hasil analisis rutinitas dalam melaksanakan Pijat Oksitosin**

| Rutinitas          | Pijat Oksitosin | Total        | <i>P-Value</i> |
|--------------------|-----------------|--------------|----------------|
| <b>Rutin</b>       | 12<br>(60%)     | 12<br>(60%)  | 0,017          |
| <b>Tidak rutin</b> | 8<br>(40%)      | 8<br>(40%)   |                |
| <b>Total</b>       | 20<br>(100%)    | 20<br>(100%) |                |

Berdasarkan hasil analisis terhadap rutinitas dalam melaksanakan pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI di Klinik Nastia, diperoleh data bahwa dari 20 responden dengan kategori rutin hampir seluruh yaitu 12 responden (60%), dan 8 responden (40%) dengan kategori pijat oksitosin tidak rutin. Hasil uji Chi- Square diperoleh nilai  $p\text{-value } 0,017 \geq \alpha (0,05)$  artinya ada pengaruh rutinitas pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum di klinik bersalin Nastia

**Tabel 3 Hasil analisis Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Postpartum**

| Kelancaran ASI      | Pijat Oksitosin | Total        | <i>P-Value</i> |
|---------------------|-----------------|--------------|----------------|
| <b>Lancar</b>       | 13<br>(65%)     | 13<br>(65%)  | 0,019          |
| <b>Tidak lancar</b> | 7<br>(35%)      | 7<br>(35%)   |                |
| <b>Total</b>        | 20<br>(100%)    | 20<br>(100%) |                |

Berdasarkan hasil analisis terhadap pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI di Klinik Nastia, diperoleh data bahwa dari 20 responden dengan kategori lancar hampir seluruh yaitu 13 responden (65%), dan 7 responden (35%) dengan kategori ASI tidak lancar. Hasil uji Chi- Square diperoleh nilai  $p\text{-value } 0,019 \geq \alpha (0,05)$  artinya ada pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum di klinik bersalin Nastia

## PEMBAHASAN

### Karakteristik responden ibu postpartum

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa mayoritas usia responden berada pada rentang 20–35 tahun, yaitu sebanyak 16 orang (80%), sedangkan sisanya berada di luar rentang usia tersebut. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada usia produktif yang ideal untuk kehamilan dan persalinan. Usia 20–35 tahun merupakan usia reproduktif sehat, di mana kondisi fisik, psikologis, serta fungsi organ reproduksi berada pada puncak kematangan. Pada rentang usia ini, ibu cenderung lebih siap secara fisik dan mental untuk menjalani proses kehamilan, persalinan, serta menyusui. Hal ini berpengaruh terhadap

kelancaran produksi ASI, karena pada usia yang ideal fungsi hormonal dan metabolisme tubuh bekerja secara optimal. (Syam et al., 2024)

Pada usia di bawah 20 tahun, umumnya kondisi fisiologis dan emosional ibu belum sepenuhnya matang. Ibu cenderung memiliki risiko stres lebih tinggi dan kemampuan adaptasi yang lebih rendah terhadap perubahan hormonal pasca persalinan, sehingga dapat memengaruhi refleks oksitosin dan menghambat produksi ASI. Sedangkan pada usia di atas 35 tahun, sering kali terjadi penurunan fungsi fisiologis, termasuk pada kelenjar mammae, serta peningkatan risiko komplikasi obstetri yang dapat berdampak terhadap proses menyusui. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Danefi, 2023) yang menyatakan bahwa ibu dengan usia 20–35 tahun memiliki tingkat keberhasilan menyusui lebih tinggi dibandingkan dengan ibu di luar rentang usia tersebut. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa usia merupakan salah satu faktor penting yang mendukung keberhasilan laktasi.

Berdasarkan data pada tabel yang sama, diketahui bahwa sebagian besar responden adalah primipara, yaitu sebanyak 11 orang (55%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu yang menjadi responden baru pertama kali melahirkan. Menurut (Handayani, F., Fitriani, H. and Lestari, 2019) paritas merupakan faktor yang dapat memengaruhi produksi ASI, karena pengalaman menyusui sebelumnya dapat membantu ibu dalam memahami proses laktasi dan cara merawat payudara dengan benar. Pada ibu primipara, sering kali ditemukan kecemasan dan ketidakpercayaan diri dalam menyusui, sehingga dapat menghambat refleks oksitosin yang berperan dalam pengeluaran ASI. Namun, dengan pemberian intervensi berupa pijat oksitosin, hambatan tersebut dapat diminimalkan karena pijat oksitosin dapat memberikan efek relaksasi yang membantu meningkatkan sekresi hormon oksitosin dan prolaktin.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Lubis & Angraeni, 2021) yang menjelaskan bahwa ibu primipara yang mendapatkan bimbingan dan dukungan melalui tindakan nonfarmakologis seperti pijat oksitosin menunjukkan peningkatan produksi ASI yang signifikan dibandingkan dengan ibu yang tidak mendapatkan intervensi tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun paritas pertama cenderung memiliki tantangan dalam proses menyusui, intervensi yang tepat mampu meningkatkan keberhasilan laktasi.

Dari hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden berada pada kondisi fisiologis yang mendukung kelancaran produksi ASI, yaitu usia reproduktif ideal, paritas pertama dengan kesiapan belajar yang tinggi, serta persalinan normal yang mempermudah proses menyusui. Menurut peneliti saat ini, kombinasi dari faktor-faktor tersebut menjadi dasar penting dalam efektivitas pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI. Ibu dengan usia produktif dan kondisi fisik yang baik lebih mudah menerima efek relaksasi dari pijat oksitosin, sehingga pelepasan hormon oksitosin menjadi lebih optimal. Dengan demikian, penelitian ini memperkuat hasil penelitian sebelumnya bahwa faktor usia, paritas, dan jenis persalinan merupakan faktor yang berhubungan erat dengan keberhasilan laktasi. Namun, peneliti menekankan bahwa intervensi pijat oksitosin memiliki peran signifikan dalam mengoptimalkan faktor-faktor tersebut, terutama pada ibu primipara yang baru belajar menyusui. Oleh karena itu, penerapan pijat oksitosin di fasilitas pelayanan kesehatan seperti Klinik Utama Bersalin Nastia perlu menjadi bagian dari standar perawatan ibu postpartum untuk mendukung kelancaran produksi ASI dan meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif.

### **Rutinitas Pijat Oksitosin**

Berdasarkan hasil analisis terhadap rutinitas dalam melaksanakan pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI di Klinik Nastia, diperoleh data bahwa dari 20 responden dengan kategori rutin hampir seluruh yaitu 12 responden (60%), dan 8 responden (40%) dengan kategori pijat oksitosin tidak rutin. Hasil uji Chi-Square diperoleh nilai  $p\text{-value } 0,017 \geq \alpha (0,05)$  artinya ada pengaruh rutinitas pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum di klinik bersalin Nastia. Temuan ini memperlihatkan bahwa pijat oksitosin memiliki pengaruh positif terhadap refleks oksitosin, yang berperan penting dalam mekanisme pengeluaran ASI.

Menurut (Herman et al., 2021) kelancaran produksi ASI sangat dipengaruhi oleh kerja hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon prolaktin berfungsi untuk merangsang kelenjar mammae dalam memproduksi ASI, sedangkan oksitosin berperan dalam proses pengeluaran ASI melalui kontraksi sel mioepitel di sekitar alveoli payudara. Namun, produksi kedua hormon ini sangat dipengaruhi oleh kondisi fisik dan emosional ibu. Ibu yang mengalami stres, kelelahan, atau kecemasan cenderung mengalami hambatan pada refleksi oksitosin, yang menyebabkan ASI sulit keluar meskipun kelenjar sudah memproduksinya dalam jumlah cukup.

Pijat oksitosin berperan penting dalam menstimulasi pelepasan hormon oksitosin secara alami. Menurut (Doko et al., 2019) pijat oksitosin dilakukan dengan memberikan tekanan lembut di sepanjang tulang belakang hingga tulang rusuk kelima dan keenam. Teknik ini menstimulasi saraf parasimpatis dan memberikan efek relaksasi yang kuat pada ibu. Ketika ibu merasa tenang dan nyaman, tubuh akan meningkatkan sekresi oksitosin yang kemudian memperlancar refleksi let-down, yaitu proses pengeluaran ASI dari alveoli ke saluran laktiferus hingga puting susu. Selain memperlancar pengeluaran ASI, pijat oksitosin juga memberikan manfaat psikologis yang penting bagi ibu. Sentuhan lembut saat pijat membantu mengurangi ketegangan otot, menurunkan kadar hormon stres seperti kortisol, dan menimbulkan rasa tenang. Menurut Notoatmodjo (2020), kondisi emosional ibu sangat berpengaruh terhadap refleksi oksitosin, di mana stres dan kelelahan dapat menurunkan kadar hormon ini secara signifikan. Dengan demikian, pijat oksitosin tidak hanya berfungsi secara fisiologis, tetapi juga psikologis, dalam membantu kelancaran ASI.

Menurut peneliti terdahulu, keberhasilan menyusui tidak hanya ditentukan oleh faktor hormonal, tetapi juga oleh faktor lingkungan dan dukungan sosial. (Kurniawati, D., Hardiani, R.S. and Rahmawati, 2020) menemukan bahwa ibu yang mendapat dukungan dari suami dan keluarga dalam menyusui lebih cenderung memiliki kelancaran ASI dibandingkan ibu yang tidak mendapatkan dukungan. Pijat oksitosin, dalam konteks ini, juga dapat menjadi sarana keterlibatan keluarga, karena tekniknya dapat diajarkan kepada suami untuk membantu ibu postpartum. Dengan demikian, efeknya tidak hanya pada fisiologi tubuh, tetapi juga pada peningkatan kedekatan emosional dalam keluarga, yang turut mendukung keberhasilan menyusui.

Hasil penelitian ini memperkuat bukti bahwa Rutinitas pijat oksitosin dapat melancarkan ASI karena pijatan ini bekerja langsung merangsang pelepasan hormon oksitosin, yaitu hormon yang berperan penting dalam proses pengeluaran ASI (let-down reflex). Pijat dilakukan pada sepanjang tulang belakang hingga tulang rusuk, sehingga memberikan efek relaksasi yang mendalam pada ibu. Ketika ibu merasa lebih tenang, stres berkurang, dan ketegangan otot mereda, tubuh lebih mudah memproduksi serta mengalirkan oksitosin. Hormon ini kemudian membantu kontraksi saluran ASI, sehingga ASI dapat mengalir lebih lancar ke puting. Dengan melakukan pijat oksitosin secara rutin misalnya sebelum menyusui atau pada waktu tertentu setiap hari refleksi let-down menjadi lebih optimal, produksi ASI meningkat, dan ibu merasa lebih nyaman saat menyusui. Rutinitas ini juga meningkatkan ikatan emosional antara ibu dan pendamping, yang secara tidak langsung mendukung keberhasilan laktasi.

### **Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Postpartum**

Berdasarkan hasil analisis data pada Tabel 4, diperoleh nilai  $p\text{-value} = 0,019$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum di Klinik Bersalin Nastia. Hasil ini menunjukkan bahwa tindakan pijat oksitosin terbukti berperan penting dalam membantu memperlancar pengeluaran dan produksi ASI pada ibu setelah melahirkan.

Hasil penelitian ini mendukung teori fisiologis tentang peran hormon oksitosin dalam proses laktasi. Secara biologis, hormon oksitosin diproduksi oleh hipotalamus dan disekresikan oleh kelenjar hipofisis posterior. Hormon ini bekerja dengan merangsang kontraksi sel-sel mioepitel di sekitar alveoli kelenjar mammae, sehingga ASI yang telah diproduksi oleh pengaruh hormon prolaktin dapat terdorong keluar melalui saluran laktiferus hingga ke puting

susu. Selain itu, oksitosin juga memiliki efek psikologis yang menenangkan dan menimbulkan rasa bahagia pada ibu, yang berkontribusi terhadap peningkatan refleksi let-down atau refleksi pengeluaran ASI (Dian Wahyuningtyas, 2020)

Pijat oksitosin merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang efektif untuk meningkatkan kadar hormon oksitosin secara alami. Teknik pijatan lembut yang dilakukan di sepanjang tulang belakang hingga tulang rusuk kelima dan keenam membantu merangsang saraf parasimpatis, memperlancar sirkulasi darah, dan memberikan efek relaksasi. Kondisi relaksasi inilah yang menstimulasi hipotalamus untuk melepaskan oksitosin dalam jumlah lebih besar. Dengan meningkatnya hormon oksitosin, maka proses pengeluaran ASI menjadi lebih lancar (Kuswandi, 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Damayanti et al., 2016) menemukan bahwa intervensi pijat oksitosin meningkatkan kadar oksitosin plasma secara signifikan dan menurunkan kadar hormon stres kortisol. Temuan ini memperkuat dugaan bahwa efek relaksasi yang timbul dari pijat oksitosin berkontribusi besar terhadap peningkatan refleksi let-down dan kelancaran produksi ASI. Dengan kata lain, efek fisiologis dan psikologis bekerja secara sinergis dalam mendukung proses laktasi, keberhasilan laktasi sangat ditentukan oleh keseimbangan antara stimulasi hormonal dan kondisi emosional ibu. Penelitian oleh (Viny Alvionita et al., 2020) menyebutkan bahwa faktor stres dan kelelahan pasca persalinan sering kali menjadi penyebab utama terhambatnya pengeluaran ASI, meskipun produksi di alveoli payudara cukup. Dengan adanya pijat oksitosin, ibu menjadi lebih rileks, sehingga hambatan psikologis terhadap refleksi oksitosin dapat diatasi. Oleh karena itu, terapi pijat oksitosin tidak hanya efektif secara fisiologis, tetapi juga secara emosional.

Peneliti berpendapat bahwa efek positif pijat oksitosin tidak hanya disebabkan oleh peningkatan hormon oksitosin, tetapi juga karena adanya efek ketenangan emosional yang membantu menurunkan kadar hormon stres (kortisol dan adrenalin), yang diketahui dapat menghambat pelepasan oksitosin. Dalam konteks ini, efek pijat oksitosin bekerja secara holistik, yakni melalui mekanisme fisiologis dan psikologis sekaligus. Dengan demikian, pijat oksitosin menjadi alternatif terapi nonfarmakologis yang sangat bermanfaat bagi ibu postpartum, khususnya pada hari-hari pertama menyusui di mana refleksi oksitosin belum stabil, hasil penelitian ini juga menggambarkan pentingnya peran bidan dalam memberikan edukasi dan pelatihan kepada ibu serta keluarga mengenai teknik pijat oksitosin yang benar. Bila dilakukan dengan tepat dan rutin, pijat oksitosin tidak hanya memperlancar ASI tetapi juga mempererat hubungan emosional antara ibu dan bayi. Hal ini sejalan dengan program Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dan ASI eksklusif yang dicanangkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia sebagai upaya menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin memiliki pengaruh positif terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum di Klinik Utama Bersalin Nastia. Intervensi ini terbukti membantu merangsang pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam meningkatkan refleksi let-down sehingga pengeluaran ASI menjadi lebih lancar. Ibu yang mendapatkan pijat oksitosin menunjukkan peningkatan produksi ASI yang lebih optimal dibandingkan ibu yang tidak menerima intervensi, sehingga pijat oksitosin dapat direkomendasikan sebagai salah satu upaya non-farmakologis untuk mendukung keberhasilan menyusui pada masa nifas.

## **SARAN**

Saran diharapkan para ibu postpartum dapat menerapkan pijat oksitosin secara rutin dengan bantuan tenaga kesehatan atau pendamping yang telah dilatih, guna membantu memperlancar produksi ASI dan meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Bidan diharapkan dapat menjadikan pijat oksitosin sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis yang rutin diberikan kepada ibu nifas, terutama yang mengalami hambatan dalam produksi ASI.

Bidan juga disarankan untuk memberikan edukasi dan pelatihan sederhana kepada keluarga ibu mengenai cara melakukan pijat oksitosin dengan benar agar dapat dilakukan di rumah.

Klinik Utama Bersalin Nastia disarankan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan evaluasi dan pengembangan program pelayanan pasca persalinan, khususnya dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif. Disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan jumlah sampel yang lebih besar dan menggunakan desain penelitian yang lebih kuat, seperti quasi-eksperimen atau randomized controlled trial, agar hasil yang diperoleh lebih akurat dan dapat digeneralisasikan. Peneliti juga dapat menambahkan variabel lain, seperti faktor psikologis, dukungan keluarga, atau pola nutrisi ibu, untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi produksi ASI..

#### DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, N., & Wulandari, D. A. (2022). Upaya Keberhasilan Pemberian Asi Eksklusif Melalui Edukasi Dan Pendampingan Mulai Kehamilan. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 4(1), 34–39. <https://doi.org/10.26751/jai.v4i1.1501>
- Bunga Dhiaz Anggraini, Purnamaniswaty Yunus, Najamuddin, & Rista Suryaningsih. (2024). Hubungan Pemberian Susu Formula dengan Kejadian Diare pada Bayi 0-6 Bulan. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(3), 688–695. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i3.4705>
- Damayanti, F. N., Puspitaningrum, D., & Kusuma, H. S. (2016). *Buku Pintar Balita-Ku ( Usia 6-24 Bulan )*. CV. Rafi Sarana Perkasa.
- Danefi, T. (2023). Kelas Bapak Peduli ASI Eksklusif Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2021. *Jurnal Pelayanan Dan Pengabdian Masyarakat (Pamas)*, 7(2), 185–193. <https://doi.org/10.52643/pamas.v7i2.1956>
- Dian Wahyuningtyas. (2020). *Buku saku Pijat Oksitosin Dengan Murottal Al-Qur'an Untuk Meningkatkan Produksi Asipada Ibu Nifas*.
- Doko, T. M., 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/10.31539/jks.v2i2.529>
- Handayani, F., Fitriani, H. and Lestari, C. . (2019). hubungan umur ibu dan paritas dengan kejadian bblr di wilayah puskesmas wates kabupaten kulon progo. *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM. Mataram*, 4(2), p. 67. Available at: <https://doi.org/10.31764/Mj.V4i2.808>.
- Herman, A., Mustafa, M., Saida, S., & Chalifa, W. O. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif. *Professional Health Journal*, 2(2), 84–89. <https://doi.org/10.54832/phj.v2i2.103>
- Kurniawati, D., Hardiani, R.S. and Rahmawati, I. (2020). Buku Saku Air Susu Ibu. In *KHD Production* (Vol. 42, Issue 4).
- Lubis, D. R., & Angraeni, L. (2021). *Pijat Oksitosin sebagai Langkah Awal Gentle Breastfeeding*.
- Rahmat, H. (2024). Pengaruh Promosi Kesehatan Personal Hygiene terhadap Motivasi Ibu Mencegah Infeksi Masa Nifas. *Jurnal Pendidikan Dan Teknologi Kesehatan*, 7(1), 33–38. <https://doi.org/10.56467/jptk.v7i1.128>

- Sestu Iriami Mintaningtyas, Y. S. I. (2022). Edukasi Pijat Oksitosin Sebagai Upaya Optimalisasi Peran Keluarga Dimasa Pandemi Covid-19 Dalam Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(September), 3056–3073.
- Syam, W. D. P., Nulanda, M., Haeriyanti, Fujiko, M., & Aman, A. (2024). Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kejadian Preeklamsia – Preeklamsia Berat di RS Sitti Khadijah I Muhammadiyah Cabang Makassar Tahun 2022. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 15117–15126.
- Vinny Alvionita, Manapa, E. S., Ahmad, M., Werna Nontji, Deviana Soraya Riu, & Usman, A. N. (2020). Pengembangan Modul Deteksi Risiko Perdarahan Pada Kehamilan Efektif Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil. *Oksitosin : Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 7(2), 134–148. <https://doi.org/10.35316/oksitosin.v7i2.659>
- WHO. (2024). *World Health Statistics*.