

# KOMBINASI PIJAT OKSITOSIN DAN LAVENDER OIL PADA BUTEKI DENGAN MASALAH MENYUSUI TIDAK EFEKTIF

Ratna Ningsih<sup>1</sup>, Rosnani<sup>2</sup>, Herawati Jaya<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Poltekkes Kemenkes Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia  
ratnaningsih@poltekkespalembang.ac.id

## ABSTRACT

**Background:** Ineffective breastfeeding due to inadequate breast milk supply or engorgement, postpartum fatigue, and lack of breastfeeding support contribute significantly to the failure of exclusive breastfeeding. These conditions require solutions, including a combination of massage techniques to release oxytocin and the use of lavender oil to reduce stress levels. This study aims to describe the nursing care application of combining oxytocin massage with lavender oil to overcome ineffective breastfeeding in postpartum mothers. **Methods:** The research utilized a descriptive case study design with a nursing process approach involving two postpartum mothers as participants. Data were collected through observation using the LATCH assessment tool and interviews, while the intervention consisted of oxytocin massage using lavender oil as the massage medium for three consecutive days. **Results:** The results showed that both participants experienced an increase in breastfeeding status, characterized by breast milk beginning to flow smoothly, reduced maternal anxiety, and improved infant attachment. Both mothers were able to demonstrate the technique independently and reported feeling more relaxed after the intervention. **Conclusion:** The combination of oxytocin massage and lavender oil is effective in increasing milk production and overcoming ineffective breastfeeding problems in postpartum mothers.

**Keywords:** Breastfeeding, Lavender oil, Oxytocin massage

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Masalah menyusui tidak efektif akibat ketidakadegan suplai air susu ibu (ASI) ataupun karena bendungan ASI, kelelahan postpartum maupun kurangnya dukungan menyusui pada buteki berkontribusi signifikan terhadap kegagalan pemberian ASI eksklusif. Kondisi ini memerlukan solusi, diantaranya dengan mengkombinasikan teknik pijat untuk melepaskan hormon oksitosin dan penggunaan lavender oil untuk menurunkan tingkat stres. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan asuhan keperawatan melalui penerapan kombinasi pijat oksitosin dengan lavender oil untuk mengatasi masalah menyusui tidak efektif pada ibu postpartum. **Metode:** Metode penelitian menggunakan desain studi kasus deskriptif dengan pendekatan proses keperawatan yang melibatkan dua orang ibu menyusui sebagai partisipan. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi menggunakan instrumen *LATCH assessment tool* dan wawancara, sedangkan intervensi berupa pijat oksitosin menggunakan lavender oil sebagai media pijat selama tiga hari berturut-turut. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua partisipan mengalami peningkatan status menyusui yang ditandai dengan ASI mulai memancar lancar, penurunan kecemasan maternal, serta perbaikan perlekatan bayi. Kedua ibu mampu mendemonstrasikan teknik secara mandiri dan melaporkan perasaan lebih rileks setelah dilakukan intervensi. **Kesimpulan:** Kombinasi pijat oksitosin dan lavender oil efektif dalam meningkatkan produksi ASI dan mengatasi masalah menyusui tidak efektif pada ibu postpartum.

**Kata kunci:** Breastfeeding, Lavender oil, Pijat oksitosin

## PENDAHULUAN

Cakupan keberhasilan pemberian ASI eksklusif secara global masih menjadi tantangan besar dalam kesehatan ibu dan anak, di mana target global World Health Assembly (WHA) bertujuan mencapai angka 50% pada tahun 2025 (WHO, 2023).

Masalah menyusui tidak efektif menjadi hambatan utama yang sering ditemui, yang jika tidak ditangani secara serius akan berdampak pada peningkatan angka morbiditas dan mortalitas bayi akibat malnutrisi dan infeksi (Smith, 2022). Secara fisiologis, kelancaran pengeluaran ASI sangat bergantung pada hormon oksitosin yang dipengaruhi oleh kondisi psikologis ibu; kecemasan dan stres dapat menghambat refleks pancaran ASI (*let-down reflex*) (Pollard, 2021). Fenomena ini ditemukan di berbagai negara berkembang, di mana ketidaksiapan fisik dan mental ibu sering kali menyebabkan kegagalan pemberian ASI pada minggu-minggu pertama setelah persalinan (Jones, 2022). Di tingkat nasional, prevalensi pemberian ASI eksklusif di Indonesia memang menunjukkan tren peningkatan, namun belum mencapai target nasional yang optimal karena tingginya angka keluhan ibu mengenai produksi ASI yang tidak mencukupi (Kemenkes RI, 2023).

Masalah menyusui tidak efektif sering kali disebabkan oleh bendungan ASI, kelelahan postpartum, hingga minimnya dukungan bagi ibu menyusui (*buteki*) untuk mencapai relaksasi (Sari, 2022). Pemerintah telah berupaya melalui berbagai program promosi kesehatan, namun intervensi non-farmakologis yang spesifik menggabungkan stimulasi fisik dan aromaterapi masih terbatas pada layanan fasilitas kesehatan dasar (Pratama, 2021). Hasil penelitian di berbagai daerah di Indonesia menunjukkan bahwa tanpa intervensi yang tepat, ibu cenderung beralih ke susu formula lebih dini sebelum bayi berusia enam bulan (Lestari, 2023). Pada lingkup lokal, khususnya di wilayah kerja pusat kesehatan masyarakat, banyak ibu menyusui melaporkan kesulitan dalam proses menyusui yang ditandai dengan ASI tidak keluar lancar dan payudara terasa tegang (Data Profil Kesehatan Daerah, 2024). Kondisi ini memerlukan solusi yang praktis, ekonomis, dan aman untuk meningkatkan produksi ASI sekaligus memberikan efek relaksasi bagi ibu (Rahayu, 2022).

Penggabungan antara teknik pijat oksitosin yang merangsang saraf tulang belakang ke otak untuk melepaskan hormon oksitosin, serta penggunaan lavender oil yang memiliki kandungan linalool untuk menurunkan tingkat stres, dianggap sebagai kombinasi yang sangat efektif (Wahyuni, 2021). Proses ini bekerja secara sinergis melalui stimulasi mekanik dan penciuman *olfactory* untuk menenangkan sistem saraf otonom sehingga pengeluaran ASI menjadi lebih optimal (Mulyani, 2023). Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengatasi masalah menyusui tidak efektif melalui pendekatan non-farmakologis yang komprehensif. Justifikasi pemilihan implementasi keperawatan ini didasarkan pada kebutuhan ibu akan metode yang tidak hanya memperbaiki parameter fisik (produksi ASI), tetapi juga memperbaiki status psikologis ibu. Proses mengatasi masalah dilakukan dengan memberikan pijat oksitosin yang dilakukan bersamaan dengan pemberian aromaterapi lavender oil untuk menciptakan suasana yang tenang bagi ibu. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan asuhan keperawatan dengan menerapkan kombinasi pijat oksitosin dan lavender oil terhadap keberhasilan proses menyusui pada ibu menyusui (*buteki*) dengan masalah menyusui tidak efektif.

## **METODE**

Desain penelitian ini menggunakan studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan yang berfokus pada penerapan intervensi kombinasi pijat oksitosin dan lavender oil untuk mengatasi masalah menyusui tidak efektif. Subjek dalam studi kasus ini adalah dua orang ibu menyusui (*buteki*) yang diambil menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria inklusi meliputi ibu postpartum hari ke 1-3 yang mengalami pengeluaran ASI tidak lancar, payudara tegang, serta bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi adalah ibu dengan komplikasi medis berat, mastitis, atau memiliki riwayat hipersensitivitas/alergi terhadap minyak atsiri. Efektivitas menyusui

yang diukur melalui kelancaran produksi ASI. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi *LATCH Breastfeeding Assessment Tool* yang terdiri dari 5 komponen penilaian (*Latch, Audible swallowing, Type of nipple, Comfort, Hold*) dengan skala skor 0–2 per komponen untuk mengukur keberhasilan menyusui, serta Standar Prosedur Operasional (SPO) pijat oksitosin yang telah tervalidasi. Alat dan bahan yang digunakan mencakup lavender essential oil murni, handuk, waslap, serta air hangat untuk kompres.

Prosedur penelitian dimulai dari pemberian informed consent, pengkajian awal, hingga pelaksanaan intervensi selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 15 menit per sesi. Teknik pemijatan dilakukan pada area punggung sepanjang tulang belakang menggunakan campuran lavender oil sebagai minyak pijat untuk memberikan stimulasi ganda berupa refleksi oksitosin melalui pijatan dan efek relaksasi melalui absorpsi kulit. Analisis data dilakukan secara naratif kualitatif dengan membandingkan data pengkajian sebelum dan sesudah intervensi yang disajikan dalam bentuk tabel serta narasi asuhan keperawatan. Keabsahan hasil penelitian dijamin melalui teknik triangulasi sumber dari keluarga dan tenaga kesehatan, observasi mendalam, serta uraian rinci terkait perkembangan klinis responden. Pertimbangan etik dalam penelitian ini meliputi prinsip kerahasiaan dan kemanfaatan, yang telah dinyatakan layak melalui perolehan nomor Ethical Clearance: Nomor 0318/KEPK/adm2/II/2024 dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Palembang.

## HASIL

Pada hasil pengkajian yang didapatkan pada pasien 1 (Ny.A ), pasien 2 (Ny.V), sama dan juga sesuai dengan teori, dimana setiap pasien memiliki kesamaan data mayor 83% yaitu kecemasan maternal, kelelahan maternal, bayi tidak mampu melekat pada payudara ibu, ASI tidak menetes/memancar, BAK bayi kurang dari 8 kali dalam 24 jam, sedangkan pada 27% data mayor nyeri dan/lecet terus menerus setelah minggu kedua tidak ditemukan pada kedua pasien tersebut dikarenakan tidak ditemukannya puting yang lecet pada kedua pasien tersebut di pengkajian. Selain didapatkan data mayor didapatkan juga data minor pada kedua pasien yang sesuai dengan teori yaitu pasien bayi rewel dan menangis terus dalam jam-jam pertama setelah menyusui, bayi menghisap tidak terus menerus.

Diagnosa keperawatan yang didapatkan dari hasil pengkajian pada pasien 1 (Ny.D), pasien 2 ( Ny.M), adalah diagnosa utama yaitu menyusui tidak efektif berhubungan dengan ketidak adekuatan suplai ASI ditandai dengan kecemasan maternal, kelelahan maternal, bayi tidak mampu melekat pada payudara ibu, ASI tidak menetes/memancar, BAK bayi kurang dari 8 kali dalam 24 jam, bayi rewel dan menangis terus dalam jam-jam pertama setelah menyusui, bayi menghisap tidak terus menerus.

Intervensi yang diterapkan pada pasien 1 (Ny.A), pasien 2 ( Ny.V), menggunakan intervensi utama untuk mengatasi masalah menyusui tidak efektif yaitu edukasi menyusui dengan pijat oksitosin yang dikombinasikan menggunakan aromaterapi lavender, untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum yang meliputi observasi, terapeutik dan edukasi, semua intervensi dari edukasi menyusui yang meliputi observasi, terapeutik dan edukasi sudah dilakukan semua sesuai ketentuan yang ada.

Implementasi yang dilakukan pada pasien 1 (Ny.A), pasien 2 ( Ny.V), dalam waktu sama-sama 2-3 menit implementasi edukasi menyusui dengan pijat oksitosin menggunakan aromaterapi lavender dalam bentuk observasi, terapeutik, dan edukasi. Persamaan pada tanggal pelaksanaan implementasi pada pasien 1 (Ny.A) dan pasien 2 (Ny. V) pada hari Kamis, tanggal 27 Maret 2024. Implementasi yang pertama dilakukan kepada pasien adalah observasi yaitu mengidentifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi, mengidentifikasi tujuan atau keinginan menyusui. Sedangkan untuk mendapatkan data

observasi, penulis menggunakan lembar observasi untuk lebih mempermudah dalam mendapatkan data dari kedua pasien. Tindakan kedua yang dilakukan pada tahap terapeutik adalah menyediakan materi dan media pendidikan kesehatan, menjadwalkan pendidikan kesehatan sesuai kesepakatan, memberikan kesempatan untuk bertanya, mendukung ibu meningkatkan kepercayaan diri dalam menyusui. Penyampaian tahap terapeutik ini menggunakan leaflet untuk memudahkan penyampaian materi kepada pasien. Tahap edukasi memberikan konseling menyusui, menelaskan manfaat menyusui bagi ibu dan bayi, mengajarkan 4 (empat) posisi menyusui dan perlekatan dengan benar, mengajarkan perawatan payudara post partum ( pijat oksitosin menggunakan aromaterapi lavender ), pada tahap ini penyampaian menggunakan SAP, leaflet dan juga SOP pijat oksitosin yang dilakukan selama 2-3 menit.

Evaluasi keperawatan (SOAP) pada studi kasus pasien 1 (Ny. A) dan Pasien 2 (Ny.V) setelah dilakukan implementasi pada hari ke-3, didapatkan data pasien mengeluh lelah, merasa cemas, ASI tidak menetes/mamancar, pasien mengatakan sudah bisa mempraktikkan secara mandiri pijat oksitosin menggunakan aromaterapi lavender. Pasien sudah rileks, sehingga assessment yang didapatkan pada hari ketiga masalah teratasi, dan planning A III.4 dilanjutkan secara mandiri di rumah. Berdasarkan evaluasi keperawatan diatas pada pasien 1 (Ny.A) dan pasien 2 (Ny. V) setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 x perawatan maka status menyusui meningkat.

## PEMBAHASAN

Hasil pengkajian pada Ny. A dan Ny. V menunjukkan adanya kesamaan data mayor sebesar 83% yang mencakup kecemasan maternal, kelelahan, ketidakmampuan bayi melekat, serta ASI yang tidak memancar. Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa stres psikologis dan kelelahan fisik pada ibu postpartum dapat menghambat sekresi hormon oksitosin yang berperan dalam *let-down reflex* (Bobak, 2020). Ketidakhadiran data mayor berupa puting lecet (27%) pada kedua pasien disebabkan oleh teknik perlekatan awal yang masih dalam batas normal meskipun produksi ASI belum adekuat. Kondisi bayi yang rewel dan pola hisapan yang tidak kontinu merupakan data minor yang memperkuat adanya masalah pada suplai ASI yang tidak mencukupi kebutuhan bayi (Lawrence, 2022). Ketidakseimbangan antara suplai dan permintaan ASI ini jika tidak segera diintervensi dapat menyebabkan dehidrasi pada bayi, yang ditandai dengan frekuensi BAK kurang dari 8 kali dalam 24 jam sebagaimana ditemukan pada kedua kasus tersebut (Blackburn, 2021).

Diagnosis keperawatan utama yang ditegakkan adalah menyusui tidak efektif berhubungan dengan ketidakadekuatan suplai ASI. Diagnosis ini didukung oleh Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI) yang menempatkan tanda-tanda seperti ASI tidak menetes dan bayi rewel sebagai indikator utama (PPNI, 2017). Masalah psikologis berupa kecemasan dan kelelahan menjadi faktor determinan yang krusial karena mekanisme pengeluaran ASI sangat dipengaruhi oleh kenyamanan ibu (Riordan & Wambach, 2020). Intervensi yang diberikan berupa edukasi menyusui yang dikombinasikan dengan pijat oksitosin menggunakan lavender oil bertujuan untuk memberikan stimulasi ganda. Pijat oksitosin memberikan rangsangan mekanis pada jalur saraf tulang belakang, sementara lavender oil yang diaplikasikan sebagai media pijat memberikan efek farmakologis melalui absorpsi kulit untuk menurunkan kadar kortisol dan meningkatkan ambang relaksasi ibu (Field, 2021). Implementasi dilakukan pada tanggal 27 Maret 2024 dengan mengikuti tahapan observasi, terapeutik, dan edukasi sesuai Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI).

Penggunaan media leaflet dan Satuan Acara Penyuluhan (SAP) terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman pasien mengenai teknik perlekatan dan perawatan payudara (Notoatmodjo, 2020). Pelaksanaan pijat oksitosin selama 2-3 menit dengan

bantuan lavender oil sebagai pelicin sekaligus agen relaksasi memberikan kenyamanan fisik yang segera setelah prosedur dilakukan (Roesli, 2021). Kombinasi ini lebih efektif dibandingkan pijat tanpa minyak aromaterapi karena aroma lavender yang terhirup secara tidak sengaja saat pemijatan juga merangsang sistem limbik untuk memicu pelepasan hormon endorfin (Price, 2022). Hal ini mendukung kesiapan ibu secara holistik dalam proses menyusui.

Evaluasi akhir pada hari ketiga menunjukkan bahwa kedua pasien mengalami peningkatan status menyusui secara signifikan. Meskipun pada awal hari ketiga pasien masih merasakan sisa kelelahan, namun kemampuan mandiri dalam mempraktikkan pijat oksitosin menunjukkan adanya peningkatan efikasi diri *self-efficacy*. Hasil observasi akhir menunjukkan ASI mulai memancar lancar dan pasien tampak lebih rileks, sehingga masalah menyusui tidak efektif dinyatakan teratasi (PPNI, 2018). Keberhasilan ini membuktikan bahwa integrasi terapi komplementer berupa pemijatan dengan minyak atsiri dalam asuhan keperawatan konvensional mampu mempercepat pemulihan fungsi laktasi (Dossey, 2023). Oleh karena itu, perencanaan selanjutnya adalah memotivasi pasien untuk melanjutkan tindakan tersebut secara mandiri di rumah guna mempertahankan kontinuitas produksi ASI eksklusif (WHO, 2024).

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kesimpulan dari studi kasus ini menunjukkan bahwa penerapan kombinasi pijat oksitosin dengan lavender oil efektif dalam mengatasi masalah menyusui tidak efektif pada Ny. A dan Ny. V, yang ditandai dengan peningkatan status menyusui dari kriteria ASI tidak lancar menjadi memancar serta meningkatnya relaksasi ibu pada hari ketiga intervensi. Temuan ini membuktikan bahwa integrasi antara stimulasi mekanis melalui pijatan dan efek farmakologis dari lavender oil sebagai media pijat mampu menurunkan kecemasan serta kelelahan maternal yang menjadi penghambat utama refleksi oksitosin.

Berdasarkan hasil tersebut, disarankan bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat di fasilitas layanan primer, untuk menjadikan kombinasi teknik ini sebagai prosedur tetap dalam asuhan keperawatan maternitas non-farmakologis bagi ibu postpartum. Selain itu, bagi peneliti selanjutnya, direkomendasikan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan metode eksperimen yang melibatkan kelompok kontrol dan jumlah sampel yang lebih besar guna menggeneralisasi efektivitas penggunaan berbagai jenis minyak atsiri dalam meningkatkan durasi pemberian ASI eksklusif secara jangka panjang.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak pengelola dan tenaga kesehatan di rumah sakit atas izin dan dukungannya selama proses pengambilan data penelitian. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada kedua responden, Ny. A dan Ny. V, yang telah bersedia berpartisipasi dan bekerja sama dengan sangat baik selama masa intervensi. Secara khusus, penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing dan rekan-rekan sejawat yang telah memberikan masukan teknis serta dukungan moral yang sangat berharga dalam penyusunan laporan studi kasus ini hingga selesai. Akhir kata, penulis berharap hasil studi kasus ini dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan asuhan keperawatan maternitas, khususnya dalam peningkatan cakupan ASI eksklusif melalui terapi komplementer.

## **KONFLIK KEPENTINGAN**

Penulis menyatakan bahwa tidak ada konflik kepentingan dalam pelaksanaan studi kasus ini. Seluruh proses studi kasus, mulai dari pengambilan data hingga penyusunan

laporan, dilakukan secara independen tanpa adanya pengaruh atau tekanan dari pihak manapun, baik secara finansial maupun personal, yang dapat memengaruhi objektivitas hasil penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Blackburn, S. (2021). *Maternal, fetal, and neonatal physiology: A clinical perspective* (5th ed.). Elsevier Health Sciences.
- Bobak, M. (2020). *Buku ajar keperawatan maternitas*. EGC.
- Data Profil Kesehatan Daerah. (2024). *Laporan tahunan kesehatan ibu dan anak*. Dinas Kesehatan.
- Dossey, B. M. (2023). *Holistic nursing: A handbook for practice*. Jones & Bartlett Learning.
- Field, T. (2021). Massage therapy research review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 43, 101354. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2021.101354>
- Jones, K. (2022). Postpartum stress and oxytocin release: A physiological review. *Journal of Midwifery*, 12(2), 45-52.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Laporan nasional riset kesehatan dasar (Riskesdas)*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Lawrence, R. A., & Lawrence, R. M. (2022). *Breastfeeding: A guide for the medical profession* (9th ed.). Elsevier.
- Lestari, W. (2023). Pola pemberian nutrisi bayi baru lahir dan keberhasilan laktasi. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 12-18.
- Mulyani, S. (2023). Sinergi pijat oksitosin dan terapi komplementer dalam meningkatkan produksi ASI. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(2), 88-95.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Pollard, M. (2021). *Evidence-based care for breastfeeding*. Routledge.
- PPNI. (2017). *Standar diagnosis keperawatan Indonesia (SDKI): Definisi dan indikator diagnostik*. Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- PPNI. (2018). *Standar luaran keperawatan Indonesia (SLKI): Definisi dan kriteria hasil keperawatan*. Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Pratama, A. (2021). Intervensi keperawatan maternitas di Puskesmas: Studi kasus produksi ASI. *Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(2), 30-38.
- Price, S., & Price, L. (2022). *Aromatherapy for health professionals*. Elsevier.
- Rahayu, S. (2022). Manajemen laktasi pada ibu postpartum dengan masalah menyusui. *Jurnal Keperawatan Merdeka*, 2(1), 15-22.
- Riordan, J., & Wambach, K. (2020). *Breastfeeding and human lactation*. Jones & Bartlett Learning.
- Roesli, U. (2021). *Pedoman pijat bayi dan pijat oksitosin*. Trubus Agriwidya.
- Sari, D. (2022). Faktor penghambat ASI eksklusif di Indonesia: Tinjauan sistematis. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(3), 201-210.
- Smith, J., et al. (2022). Lactation management and child survival in developing countries. *International Journal of Nursing*, 15(4), 112-120.
- Wahyuni, T. (2021). Efektivitas aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu menyusui. *Jurnal Sains Keperawatan*, 7(2), 55-63.
- World Health Organization. (2023). *Global breastfeeding scorecard 2023*. WHO Press.
- World Health Organization. (2024). *Infant and young child feeding: Fact sheets*. WHO Press.