



Studi Kasus

Pijat oketani efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui pasca sectio caesarea

Siska Zahrotun Nashihah¹, Nikmatul Khayati¹

¹ Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

Informasi Artikel	Abstrak
Riwayat Artikel: • Submit: 26 Agustus 2024 • Diterima: 15 Januari 2026 • Terbit: 31 Januari 2026 Kata kunci: ASI; pijat oketani; postpartum; section caesarea	Persalinan metode sectio caesarea dapat menimbulkan komplikasi berupa kesulitan menyusui akibat keterlambatan ibu dalam melakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) pada jam pertama setelah melahirkan. Kondisi ini menyebabkan kurangnya stimulasi produksi Air Susu Ibu (ASI) sehingga produksi ASI kurang. Upaya untuk mengatasi kondisi ini dengan terapi non farmakologis berupa pijat oketani. Studi kasus ini bertujuan untuk menerapkan pijat oketani terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post partum sectio caesarea di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang. Studi kasus ini dilakukan dengan metode deskriptif melalui pendekatan proses keperawatan pada 3 subjek studi. Pengambilan data dilakukan pada subyek studi yang memenuhi kriteria inklusi yaitu ibu tidak ada riwayat operasi payudara atau tumor payudara, kehamilan tunggal, usia kehamilan 38-42 minggu (aterm), tidak ada kelainan anatomi pada payudara, bayi bisa menyusui. Intervensi yang dilakukan yaitu pijat oketani selama 3 hari dengan 6 kali pertemuan selama 15 menit pemijatan. Hasil studi kasus menunjukkan 3 subyek studi mengalami peningkatan pada frekuensi menyusui, BAK dan BAB. Pada subjek 1 frekuensi menyusui meningkat sebanyak 4x/hari; BAK 4x/hari; BAB 2x/hari; subjek 2 frekuensi menyusui meningkat sebanyak 3x/hari; BAK 4x/hari; BAB 2x/hari; subjek 3 frekuensi menyusui meningkat sebanyak 7x/hari; BAK 4x/hari; BAB 1x/hari. Pijat oketani efektif dalam meningkatkan produksi ASI karena adanya rangsangan pada alveoli yang dapat merangsang hormon prolaktin.

PENDAHULUAN

Sectio caesarea (SC) adalah tindakan pembedahan yang membantu kelahiran janin melalui sayatan pada dinding abdomen dan uterus (Ferinawati & Hartati, 2019). Persalinan dengan metode SC menjadi salah satu penyebab proses laktasi terganggu karena keterlambatan ibu dalam melakukan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) sehingga menyebabkan Air Susu Ibu (ASI) tidak langsung keluar. Keterlambatan

dalam melakukan IMD disebabkan karena kondisi ibu yang lemah, nyeri post SC, dan penggunaan obat-obatan saat ataupun sesudah operasi serta rasa cemas dan stress sehingga ibu tidak melakukan IMD yang menyebabkan kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI (Pratiwi & Ahmaniyah, 2019). Berdasarkan data WHO tahun 2021, angka SC mengalami peningkatan diberbagai negara berkembang. WHO telah menetapkan

Corresponding author:

Siska Zahrotun Nashihah

siskazahrotun16@gmail.com

Holistic Nursing Care Approach, Vol 6 No 1, Januari 2026

e-ISSN: 2808-2095

DOI: <https://doi.org/10.26714/hnca.v6i1.15602>

bahwa persentase operasi SC yang ideal adalah antara 10 hingga 15 persen di setiap negara. Berdasarkan data RISKESDAS tahun 2021, jumlah persalinan dengan metode SC di Indonesia sebesar 17,6%, hasil ini menunjukkan adanya peningkatan persentase persalinan secara SC yang disebabkan karena beberapa indikasi (Siagian et al., 2023).

ASI merupakan makanan yang terbaik bagi bayi. Definisi ASI eksklusif menurut WHO adalah pemberian ASI tanpa ada cairan atau makanan apapun kepada bayi dari umur 0 bulan sampai umur 6 bulan. ASI mengandung protein, karbohidrat, lemak dan mineral dalam jumlah seimbang yang dibutuhkan oleh bayi (Sari, 2021). Produksi ASI dipengaruhi faktor hormonal yang meliputi, hormon prolaktin, hormon oksitosin, dan *Human placental lactogen* (HPL). Hormon prolaktin berperan dalam membesarnya alveoli selama kehamilan, sedangkan hormon oksitosin berperan dalam proses keluarnya ASI (Fatmawati., 2019). Selain faktor hormonal faktor yang dapat mempengaruhi peningkatan produksi ASI yaitu faktor usia, pola makan dan pendidikan. Faktor usia dapat mempengaruhi jumlah produksi ASI karena usia 20-35 tahun adalah masa dewasa dimana pada usia ini ibu dapat memecahkan masalah dengan baik. Ibu berusia kurang dari 20 tahun dianggap masa belum matang baik secara rohani dan jasmani sehingga ibu akan mengandalkan orang lain dalam memberikan ASI Eksklusif. Ibu dengan usia lebih dari 35 tahun mulai mengalami perubahan pada sistem hormonalnya sehingga produksi ASI yang dihasilkan berkurang dan akan menjadi hambatan untuk ibu dalam memberikan ASI secara eksklusif (Polwandari & Wulandari, 2021). Faktor pola makan juga dapat mempengaruhi jumlah produksi ASI karena semakin banyak ibu mengkonsumsi makanan bergizi maka produksi ASI akan semakin meningkat (Porsiel, 2021). Pendidikan ibu juga dapat mempengaruhi

jumlah produksi ASI karena tingkat pendidikan ibu yang semakin rendah berpengaruh pada kurangnya kemampuan dasar berpikir untuk mengambil keputusan, khususnya pemberian ASI eksklusif. Pemberian ASI eksklusif tidak hanya dipengaruhi oleh faktor pendidikan ibu, tetapi juga tingkat pengetahuan yang ibu miliki mengenai ASI eksklusif. Pengetahuan bisa di dapatkan melalui penyuluhan kesehatan, brosur dan pemberian informasi petugas kesehatan saat datang ke Posyandu (Assriyah, 2020). Dampak yang terjadi jika ASI tidak keluar dengan lancar yaitu saluran ASI tersumbat (*obstructed duct*), payudara bengkak, mastitis, dan abses payudara. Produksi ASI yang menurun akan berdampak pada tumbuh kembang bayi dan menyebabkan bayi mudah rewel serta berat badan tidak meningkat (Subekti, 2019).

Tindakan yang bisa dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI terbagi menjadi dua yaitu farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis yang dapat meningkatkan produksi ASI adalah obat yang dapat bermanfaat sebagai *galactagogue* seperti *domperidone*, *metoclopramide*, *sulpiride*, *thyrotropin-releasing hormone* (Foong, 2020). Sedangkan terapi non farmakologis seperti dengan pemberian pijat *oketani* (Mahdizadeh-Shahri, 2021).

Pijat *oketani* merupakan perawatan payudara yang pertama kali dipopulerkan oleh Sotomi *Oketani* dari Jepang dan sudah dipraktikkan di beberapa negara antara lain Korea, Jepang dan Bangladesh. Pijat *oketani* memberikan rasa nyaman, membuat payudara menjadi lembut, areola dan puting menjadi lebih elastis. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan secara statistik antar dua kelompok, yaitu pada kelompok intervensi pijat *oketani* dapat memengaruhi cara bayi menempel payudara, jumlah suara menelan, jenis puting ibu, dan suara ibu



dibandingkan dengan kelompok kontrol (Mahdizadeh-Shahri, 2021).

Studi kasus ini bertujuan untuk menerapkan terapi pijat *oketani* untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum SC (Mahdizadeh-Shahri, 2021). Intervensi ini dipilih karena aman, murah, dan mudah diaplikasikan oleh perawat maupun pasien secara mandiri.

METODE

Metode yang digunakan studi kasus ini ialah deskriptif dengan pendekatan proses asuhan keperawatan untuk menggambarkan pengelolaan kasus dengan penerapan pijat *oketani* untuk meningkatkan ASI pada ibu post partum dengan SC. Studi kasus dilakukan di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang pada 3 subyek studi yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi. Kriteria inklusi adalah ibu tidak ada riwayat operasi payudara atau tumor payudara, kehamilan tunggal, usia kehamilan 38-42 minggu (aterm), tidak ada kelainan anatomi pada payudara dan bayi bisa menyusui. Studi kasus ini dilaksanakan pada tanggal 11-23 Juni 2024 selama 3 hari.

Instrumen yang digunakan pada studi kasus ini adalah skor penilaian LATCH dan lembar observasi BAK dan BAB. Pijat *oketani* dilakukan selama 3 hari. Intervensi dilakukan sehari 2 kali yaitu pagi dan sore dengan durasi setiap sesi adalah 15 menit. Penerapan dilakukan dengan posisi berbaring atau duduk sesuai kenyamanan pasien. Skor LATCH dan lembar observasi BAK dan BAB diukur sebelum dan setelah dilakukan pijat *oketani*.

Penerapan terapi ini dilakukan atas dasar persetujuan ketiga subjek studi kasus dengan mengisi lembar persetujuan (*inform consent*) setelah diberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, indikasi, dan prosedur tindakan yang akan dilakukan. Penerapan ini tidak menimbulkan bahaya

dan tidak mencantumkan identitas klien untuk menjaga kerahasiaan ketiga subjek studi kasus. Penerapan ini dilakukan setelah mendapat *ethical clearance* dari Komisi Etik Penelitian Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang nomor 225/KE/04/2024 dan surat izin penelitian nomor 207/UNIMUS.66/EP/2024.

HASIL

Hasil pengkajian pada subyek studi 1 didapatkan puting payudara ibu sebelah kiri tampak kurang menonjol, payudara sebelah kiri klien mengalami sedikit bendungan ASI, frekuensi menyusui sebanyak 6x dalam 24 jam, frekuensi BAK selama 24 jam sebanyak 4x, BAB 1x dan skor LATCH 6. Pengkajian pada subyek studi 2 didapatkan ASI sudah keluar berwarna kuning encer, bayi tampak sesekali melepas hisapan saat menyusui, payudara mengalami sedikit bendungan ASI, puting susu menonjol, frekuensi menyusui sebanyak 7x dalam 24 jam, frekuensi BAK selama 24 jam sebanyak 4x BAB 1x dan skor LATCH 7. Hasil pengkajian pada subyek studi 3 didapatkan ASI tampak belum keluar, payudara mengalami sedikit bendungan ASI, frekuensi menyusui sebanyak 5x dalam 24 jam, frekuensi BAK selama 24 jam sebanyak 3x BAB 1x, dan skor LATCH 4.

Berdasarkan data yang diperoleh dari ketiga subyek studi, dapat dirumuskan diagnosa keperawatan yaitu menyusui tidak efektif berhubungan dengan ketidakadekuatan suplai ASI ditandai dengan ASI tidak menetes atau memancar dan BAK bayi kurang dari 8 kali dalam 24 jam (PPNI, 2017). Rencana tindakan keperawatan yang disusun bertujuan untuk meningkatkan produksi ASI dengan melakukan pemberian terapi nonfarmakologis yaitu pijat *oketani* sesuai dalam (PPNI, 2018) yang dilakukan selama 15 menit setiap pagi dan sore hari sehingga dapat meningkatkan produksi ASI.



Tindakan keperawatan dengan mengukur status menyusui menggunakan alat ukur skor LATCH (*latch-on, audible swallowing, type of nipple, comfort, and hold*). Setelah dilakukan tindakan keperawatan luaran utama yang diharapkan status menyusui meningkat dengan kriteria hasil ibu mampu memposisikan bayi dan suplai ASI meningkat (PPNI, 2019). Intervensi keperawatan yang dilakukan adalah ajarkan 4 posisi menyusui dan perlekatan (*latch on*), ajarkan perawatan payudara *postpartum*, lakukan terapi pijat *oketani* untuk meningkatkan produksi ASI.

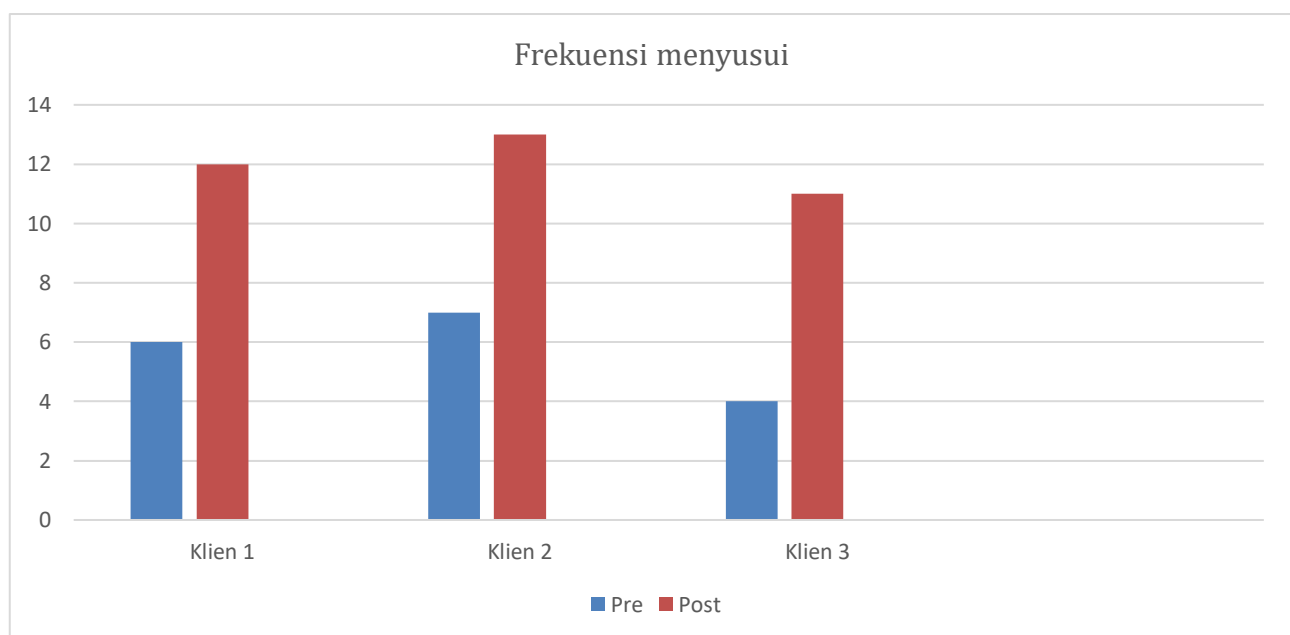
Tindakan dilakukan kepada ketiga subyek studi selama 3 hari berturut-turut dengan pemberian terapi pijat *oketani* setiap pagi dan sore hari dengan durasi 15 menit.

Sebelum dan sesudah tindakan dilakukan pengukuran menyusui dengan alat ukur LATCH dan dilakukan pengukuran tingkat produksi ASI dengan melakukan observasi menyusui, BAK dan BAB bayi. Berikut ini data hasil pengukuran skor LATCH dan observasi frekuensi menyusui, BAK dan BAB dari sebelum dan sesudah dilakukan tindakan pijat *oketani* untuk meningkatkan produksi ASI pada ketiga subyek studi.

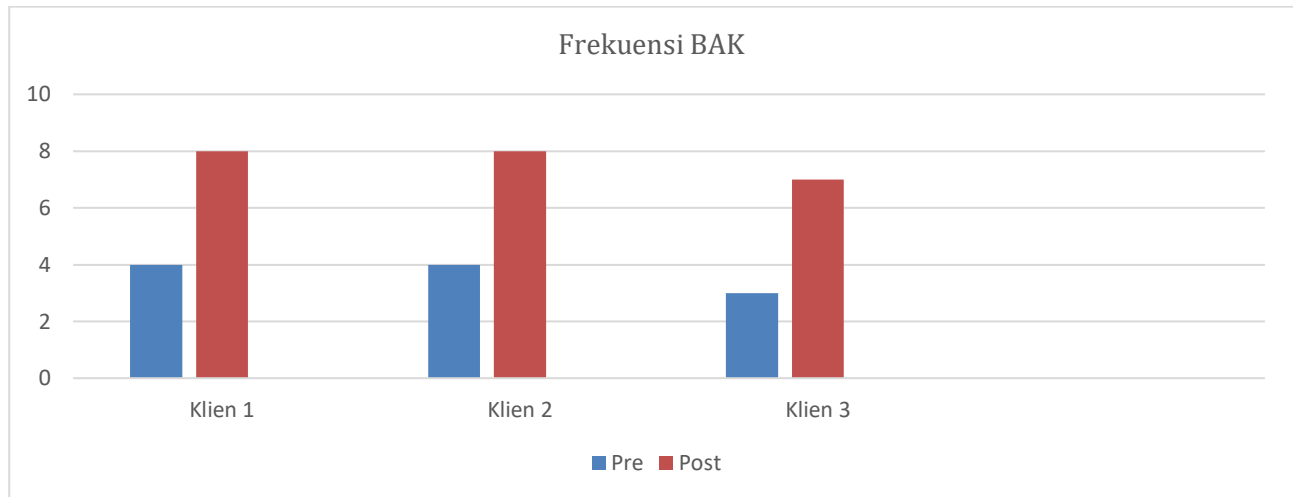
Tabel 1 menunjukkan bahwa ketiga subyek studi sebelum diberikan terapi memiliki tingkat skor LATCH sedang dengan rata-rata 5,6 dan setelah diberikan terapi selama 3 hari ketiga klien mengalami peningkatan skor LATCH yaitu nilai LATCH tinggi dengan rata-rata 9.

Tabel 1
Hasil skor LATCH pre dan post terapi pijat oketani

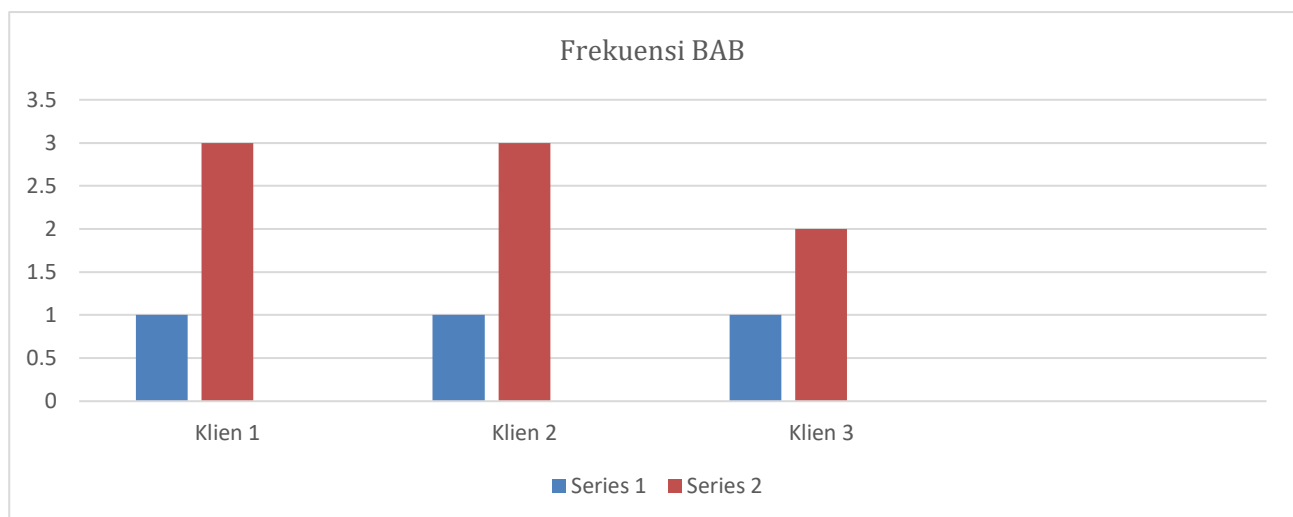
Nama	Skor LATCH Pre Intervensi	Skor LATCH Post Intervensi
Subyek studi 1	6	9
Subyek studi 2	7	10
Subyek studi 3	4	8
Rata – rata	5,6	9



Gambar 1
Frekuensi menyusui Pre dan Post intervensi



Gambar 2
Frekuensi BAK Pre dan Post intervensi



Gambar 3
Frekuensi BAB Pre dan Post intervensi

Berdasarkan ketiga gambar diatas menunjukkan bahwa adanya perubahan frekuensi menyusui, BAK dan BAB bayi dari ketiga subyek studi sebelum diberikan tindakan keperawatan terapi pijat *oketani* dengan rata-rata menyusui sebesar 6, rata-rata BAK bayi sebesar 3,6 dan rata-rata BAB bayi sebesar 1. Setelah dilakukan terapi pijat *oketani* frekuensi menyusui, BAK dan BAB bayi klien mengalami peningkatan, rata-rata menyusui meningkat sebesar 12, rata-rata BAK bayi meningkat sebesar 7,6 dan rata-rata BAB meningkat sebesar bayi 2,6.

PEMBAHASAN

Hasil studi kasus dalam pengkajian menunjukkan bahwa ketiga subyek studi mengalami keterlambatan dalam melakukan IMD. Keterlambatan dalam melakukan IMD disebabkan karena kondisi ibu yang lemah, nyeri post SC, dan penggunaan obat-obatan saat ataupun sesudah operasi serta rasa cemas dan stress sehingga ibu tidak melakukan IMD yang menyebabkan kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI (Pratiwi & Ahmaniyah, 2019).



Tindakan keperawatan yang dilakukan pada ketiga subyek studi adalah terapi pijat yang sesuai dengan SIKI (PPNI, 2018). Teknik pijat yang diberikan adalah teknik pijat *oketani*. Teknik pijat *oketani* dapat membantu mengatasi kesulitan dalam menyusui, memberikan rasa nyaman dan dapat menghilangkan rasa nyeri pada ibu postpartum sehingga tubuh akan menjadi lebih relaks (Tentya et al., 2023). Pijat *oketani* ini juga bertujuan untuk meningkatkan produksi ASI, membuat payudara menjadi lembut, areola dan puting menjadi lebih elastis sehingga memudahkan bayi untuk menyusu. Aliran susu menjadi lebih lancar karena ada penekanan pada alveoli. Hal ini diperkuat dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa tindakan yang bisa dilakukan untuk meningkatkan hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu postpartum SC yaitu dengan memijat payudara ibu dengan teknik pijat *oketani* (Mahdizadeh-Shahri et al., 2021).

Hasil studi kasus dapat dirumuskan diagnosa keperawatan yang dapat muncul adalah menyusui tidak efektif berhubungan dengan ketidakadekuatan suplai ASI ditandai dengan ASI tidak menetes atau memancar dan BAK bayi kurang dari 8 kali dalam 24 jam (PPNI, 2017). Rencana tindakan keperawatan yang dapat disusun untuk meningkatkan produksi ASI adalah terapi nonfarmakologis yaitu pijat *oketani*.

Berdasarkan hasil studi kasus tindakan yang dilakukan sesuai dengan EBNP dari (Mahdizadeh-Shahri et al., 2021) pemijatan dilakukan selama 3 hari setiap pagi dan sore hari selama 15 menit. Implementasi yang dilakukan adalah pijat *oketani* yang mana sebelum dan sesudah tindakan dilakukan pengukuran menggunakan skor LATCH. Hasil dari diberikannya intervensi pijat *Oketani* dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu *post partum* SC terutama dalam memberikan rasa nyaman dan rileks serta dapat membuat payudara ibu menjadi lebih elastis.

SIMPULAN

Penerapan teknik pijat yang dilakukan selama 6 kali pertemuan dalam 3 hari berturut-turut, penerapan ini sesuai dengan standar operasional prosedur yang diberikan selama 15 menit setiap pagi dan sore hari. Pemberian teknik pijat *oketani* pada 3 subyek studi selama 3 hari terbukti dapat meningkatkan produksi ASI yang dibuktikan dengan frekuensi BAK dan BAB bayi meningkat serta dapat memengaruhi cara bayi menempel payudara, jumlah suara menelan, jenis puting ibu, dan suara ibu.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada ketiga subyek studi yang telah bersedia terlibat dalam studi kasus.

REFERENSI

- Assriyah, H., Indriasari, R., Hidayanti, H., Thaha, A. R., & Jafar, N. (2020). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Umur, Pendidikan, Pekerjaan, Psikologis, Dan Inisiasi Menyusui Dini Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Puskesmas Sudiang. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 9(1), 30-38. <https://doi.org/10.30597/jgmi.v9i1.10156>
- Fatmawati, L., Syaiful, Y., & Wulansari, A. (n.d.). *Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Penegluaran ASI Ibu Post Partum (The Effect of Breast Care in the Milk Output of Post Partum Mother)*.
- Ferinawati, F., & Hartati, R. (2019). Hubungan Mobilisasi Dini Post Sectio Caesarea Dengan Penyembuhan Luka Operasi Di Rsu Avicenna Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 5(2), 318. <https://doi.org/10.33143/jhtm.v5i2.477>
- Foong, S. C., Tan, M. L., Foong, W. C., Marasco, L. A., Ho, J. J., & Ong, J. H. (2020). Oral galactagogues (natural therapies or drugs) for increasing breast milk production in mothers of non-hospitalised term infants. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2020(5). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD011505.pub2>
- Mahdizadeh-Shahri, M., Nourian, M., Varzeshnejad,



- M., & Nasiri, M. (2021). The effect of *Oketani* breast massage on successful breastfeeding, mothers' need for breastfeeding support, and breastfeeding self-efficacy: An experimental study. *International Journal of Therapeutic Massage and Bodywork: Research, Education, and Practice*, 14(3), 4–14. <https://doi.org/10.3822/IJTMB.V14I3.625>
- Polwandari, F., & Wulandari, S. (2021). Gambaran Usia, Paritas, Tingkat Pendidikan, Status Pekerjaan, Dukungan Suami dan Tingkat Pengetahuan Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif. *Faletehan Health Journal*, 8(01), 58–64. <https://doi.org/10.33746/fhj.v8i01.236>
- Porsiel, J. (2021). *Faktor –faktor yang Memengaruhi Produksi ASI pada Ibu Menyusui di RSB Harifa Kabupaten Kolaka Provinsi Sulawesi Tenggara*. 7(2), 44–46.
- PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)* (1st ed., Vol. 3). Dewan Persatuan Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI)* (1st ed., Vol. 2). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- PPNI. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)* (1st ed., Vol. 2). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Pratiwi, I. G. D., & Ahmaniyah, A. (2019). Faktor Yang Berhubungan Dengan Ibu Post SC Dalam Menyusui Bayinya Di Ruang Mawar RSUD. Dr. H. Soewondo Kendal. *Wiraraja Medika*, 9(1), 28–30. <https://doi.org/10.24929/fik.v9i1.693>
- Sari, D. M. (2021). Manfaat Pijat *Oketani* Dan Teknik Menyusui Terhadap Derajat Putting Susu Lecet / The Benefits Of *Oketani* Massage And Breatfeeding Techniques On The Degree Of Nipple Blister. *Jurnal SMART Kebidanan*, 8(2), 155. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v8i2.515>
- Siagian, L., Anggraeni, M., & Pangestu, G. K. (2023). Hubungan Antara Letak Janin, Preeklampsia, Ketuban Pecah Dini Dengan Kejadian Sectio Caesaria Di Rs Yadika Kebayoran Lama Tahun 2021. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1107–1119. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i4.707>
- Subekti, R. (2019). Teknik Menyusui yang Benar di Desa Wanaraja, Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 6(1), 45–49. <https://doi.org/10.32699/ppkm.v6i1.550>
- Tentya, P. :, Masfufa, I., Hendriyani, H., & Mulyantoro, D. K. (2023). *Sukses Menyusui Dengan Pijat Oketani & Edukasi Menyusui*. www.freepik.com

