

## Potensi Terapi Komplementer Pijat Oksitosin Berbasis Esensial Lavender (*Lavandula angustifolia*) terhadap Aspek Kecukupan Kandungan Zat Gizi ASI pada Ibu Post-Sectio Caesarea

### The Potential of Lavender (*Lavandula angustifolia*) Essential Oil-Based Oxytocin Massage Complementary Therapy on the Adequacy of Breast Milk Nutrient Content in Post-Caesarean Section Mothers

\*Yanti Rosmiyanti<sup>1\*</sup>, Desty Lismayanti<sup>2</sup>, Debi Novita<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sehati Indonesia

Email korespondensi : [yantiros933@gmail.com](mailto:yantiros933@gmail.com)

#### Abstract

*Suboptimal breast milk production after a cesarean section (CS) due to pain and psychological barriers can delay the onset of lactogenesis II. This condition threatens the fulfillment of neonatal nutrition and increases the risk of early formula feeding, which can lead to stunting. This descriptive case study aimed to analyze the effectiveness of complementary therapy, lavender-based oxytocin massage, on meeting indicators of breast milk nutritional adequacy in two post-CS postpartum mothers at Dewi Sri Hospital, Karawang. The intervention, which involved tactile massage of the 5th-6th costal vertebrae using lavender oil, was performed for three consecutive days (10-15 minutes per session). Success parameters were measured using a clinical observation sheet based on eight indicators of infant nutritional adequacy. Initial assessment results showed Subject 1 had a score of 2 (not fluent) and Subject 2 had a score of 4 (substandard). Post-intervention on the third day, Subject 1's score increased significantly to 7 (fluent), and Subject 2 reached a maximum score of 8 (fluent). Tactile stimulation combined with lavender bioactive components has been shown to effectively accelerate breast milk ejection, meet the baby's essential nutritional needs, and minimize the risk of exclusive lactation failure.*

**Keywords:** Oxytocin Massage, Lavender, Cesarean Section, Lactation, Neonatal Nutrition

## PENDAHULUAN

Persalinan melalui metode *Sectio Caesarea* (SC) merupakan tindakan bedah obstetri untuk melahirkan janin melalui insisi abdomen dan uterus akibat adanya indikasi medis tertentu. Di Kabupaten Karawang, prevalensi persalinan dengan metode SC mengalami tren peningkatan yang cukup signifikan di berbagai fasilitas pelayanan kesehatan. Walaupun prosedur ini ditujukan untuk menyelamatkan ibu dan janin, periode pascaoperasi sering kali menimbulkan keluhan nyeri akut yang parah akibat robekan jaringan metabolik dinding perut. Rasa nyeri yang intens ini berperan sebagai stresor kuat yang mengaktifasi sistem saraf simpatis secara masif untuk menyekresi hormon kortisol dan katekolamin (Ursi et al., 2025). Secara biomolekuler, peningkatan sirkulasi hormon stres tersebut langsung menghambat refleks pengaliran ASI (*let-down reflex*) melalui penekanan pelepasan hormon oksitosin dari kelenjar hipofisis posterior (Fath, 2023). Akibatnya, onset laktogenesis II menjadi terlambat, kolostrum terhambat keluar, dan payudara mengalami bendungan yang menyulitkan proses menyusui di awal kelahiran (Widiastuti & Jati, 2020).

Ketidaklancaran ekskresi ASI pada hari-hari pertama nifas bukan sekadar masalah teknis laktasi, melainkan sebuah

ancaman serius terhadap pemenuhan status kecukupan gizi primer pada bayi baru lahir. Air Susu Ibu (ASI), terutama kolostrum yang diproduksi pada hari ke 1-7, mengandung komponen makronutrien, mikronutrien, makrofag, dan sekretori Imunoglobulin A (IgA) konsentrasi tinggi yang tidak dapat digantikan oleh formula apa pun. Defisit asupan zat gizi esensial dari ASI di awal kehidupan dapat memicu penurunan berat badan bayi secara drastis (*growth faltering*), mengganggu mikrobiota usus, serta melemahkan sistem imun neonatus.

Kondisi kegagalan laktasi dini ini sering kali memaksa ibu untuk memberikan makanan pendamping atau susu formula sebelum bayi berusia enam bulan. Praktik pemberian formula dini di wilayah rawan infeksi seperti beberapa area penyangga Karawang terbukti berkorelasi positif terhadap tingginya insiden diare, malnutrisi akut, hingga risiko gangguan pertumbuhan jangka panjang seperti *stunting* (Sri Rahayu, 2022). Profil Kesehatan mencatat capaian ASI eksklusif nasional baru mencapai 66,1%, yang mana masih berada di bawah target pemerintah sebesar 80%.

Oleh karena itu, diperlukan strategi intervensi nonfarmakologis yang relevan dengan ruang lingkup pemenuhan gizi asuhan maternitas, salah satunya melalui aplikasi pemijatan bioaktif (Latifah &

Yuliaswati, 2024). Pijat oksitosin merupakan manipulasi taktil pada jaringan lunak di sepanjang tulang belakang (vertebra servikal ke-7 hingga costa ke-5 dan 6) untuk menstimulasi jalur parasimpatis saraf (Maulida et al., 2021). Guna mengeksplorasi potensi gizi yang maksimal, pemijatan ini dipadukan dengan pemanfaatan minyak esensial lavender (*Lavandula angustifolia*). Lavender mengandung fraksi senyawa volatil bioaktif alami, terutama *linalool* dan *linalyl acetate* (Pratiwi & Nurrohmah, 2023).

Secara farmakologis, uap zat bioaktif ini merangsang sistem olfaktorius yang terhubung ke sistem limbik untuk mereduksi sekresi kortisol dan memicu pelepasan endorfin penenang (Dewi et al., 2023). Ketika ambang nyeri menurun dan ibu berada dalam kondisi rileks, blokade hormonal laktasi akan terbuka, sehingga kelenjar mamaria dapat dengan cepat mengekskresikan nutrisi ASI secara lancar (Mega & Yuliaswati, 2023). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kegunaan intervensi pijat oksitosin berbasis esensial lavender terhadap pemenuhan kebutuhan gizi bayi melalui indikator kecukupan asupan ASI di RS Dewi Sri Karawang.

## METODE

### Desain, Lokasi, dan Waktu

Penelitian ini dirancang menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus (*case study approach*) yang berfokus pada analisis asuhan nutrisi ibu-bayi dengan masalah laktasi tidak efektif. Studi kasus ini dilaksanakan di lingkungan Ruang Tulip Rumah Sakit Dewi Sri Karawang, Jawa Barat. Waktu pengumpulan data dan siklus implementasi asuhan keperawatan komplementer ini diselenggarakan pada tanggal 22 Mei 2026 sampai dengan 27 Mei 2026.

### Populasi dan Sampel

Populasi studi mencakup seluruh ibu nifas pasca-tindakan operasi *sectio caesarea* di RS Dewi Sri Karawang. Teknik pengambilan sampel memakai metode *purposive sampling* hingga didapatkan dua subjek studi kasus (Subjek 1 dan Subjek 2) yang memenuhi kriteria pemenuhan asuhan. Kriteria inklusi meliputi: ibu postpartum post-SC  $\geq 6$  jam, sediaan kolostrum belum keluar atau baru menetes sangat sedikit, tidak menderita penyakit menular (seperti HIV/Hepatitis), dan bersedia menandatangani lembar persetujuan. Kriteria eksklusi yaitu adanya lesi dermatologis pada punggung, kontraindikasi demam ( $>37,5^{\circ}\text{C}$ ), serta hipersensitivitas terhadap zat aromaterapi.

### Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan berupa data primer yang didapatkan secara langsung dari subjek penelitian. Teknik pengumpulan data memakai format pengkajian laktasi nifas, pemeriksaan fisik payudara (inspeksi simetris, palpasi bendungan nutrisi, kebersihan papila), wawancara riwayat asupan gizi, serta lembar observasi indikator kecukupan volume nutrisi ASI yang dipantau sepanjang 24 jam.

### **Prosedur Penelitian**

Prosedur klinis dijalankan secara bertahap. Setelah pengisian *informed consent*, peneliti menentukan baseline status kecukupan pengeluaran ASI (*pre-test*). Tahap kerja dilaksanakan di ruangan yang tenang dan nyaman. Pasien diposisikan duduk bersandar ke depan membungkuk memeluk bantal. Area punggung dibersihkan, kemudian dilumuri minyak esensial lavender murni sebagai zat pembawa pelumas.

Peneliti melakukan pemijatan sirkular memakai dua kepalan tangan dengan posisi ibu jari menunjuk ke depan pada kedua sisi tulang belakang dari pangkal leher bawah berjalan ritmis ke arah scapula (tulang belikat). Intervensi komplementer gizi ini diberikan secara konstan 1 kali sehari dengan durasi waktu 10-15 menit selama 3 hari berturut-turut. Parameter perkembangan

produksi ASI dinilai secara berkala setiap sore hari pascatindakan.

### **Analisis Data**

Data hasil observasi dianalisis secara deskriptif kualitatif dan kuantitatif melalui penilaian skor. Penilaian didasarkan pada modifikasi indikator keberhasilan asupan nutrisi bayi laktasi yang meliputi 8 kriteria utama: (1) payudara tegang sebelum menyusui, (2) ASI merembes aktif saat puting ditekan, (3) ASI masih menetes pasca-menyusui, (4) payudara lembek setelah menyusui, (5) bayi tenang/tidur minimal 2 jam, (6) frekuensi menyusui 8-12 kali/24 jam, (7) frekuensi BAK bayi 6-8 kali/hari, dan (8) frekuensi BAB bayi 2-5 kali/hari (Salsabila et al., 2022). Skor 1 diberikan jika indikator terpenuhi dan skor 0 jika tidak terpenuhi, dengan interpretasi akhir: tidak lancar (skor 0-2), kurang lancar (skor 3-5), dan lancar (skor 6-8).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Pengkajian klinis komprehensif pada hari pertama pascabedah mengonfirmasi adanya masalah hambatan pengeluaran asupan nutrisi esensial pada kedua subjek penelitian. Subjek 1 (Ny. F): Seorang primipara berusia 17 tahun yang melahirkan lewat prosedur operasi SC darurat setelah kegagalan induksi persalinan normal. Ny. F

mengalami anemia pascabedah sehingga memerlukan transfusi darah O+. Pada pemeriksaan awal, kolostrum didapati baru keluar beberapa tetes, payudara bengkak dan agak keras, bayi menangis rewel akibat lapar, sehingga keluarga memberikan susu formula tambahan. Kondisi psikologis Ny. F terpantau cemas dan sedih karena tidak mendapatkan pendampingan dari suami. Skor pemenuhan kecukupan laktasi awal Ny. F berada pada angka 2 (Kategori Tidak Lancar).

Subjek 2 (Ny. A): Seorang multipara berusia 32 tahun yang menjalani operasi SC elektif terencana akibat riwayat pembedahan rahim pada anak pertama. Ny. A menyatakan ASI sudah mulai menetes namun volumenya masih sangat sedikit dan belum memancar, sehingga bayi sesekali rewel setelah menyusui. Ny. A merasa khawatir asupan gizi anaknya tidak tercukupi dengan baik. Skor pemenuhan kecukupan laktasi awal Ny. A berada pada angka 4 (Kategori Kurang Lancar). Perkembangan kuantitatif kumulatif pemenuhan kriteria volume asupan gizi bayi harian setelah pemberian terapi komplementer pijat oksitosin esensial lavender dicantumkan secara lengkap pada bagian Daftar Tabel di akhir manuskrip ini.

### **Pembahasan**

Temuan klinis pada awal studi kasus memperlihatkan rendahnya skor pemenuhan

indikator kecukupan nutrisi ASI pada kedua ibu post *sectio caesarea* sebelum intervensi diterapkan. Hambatan refleks pemancaran kolostrum primer ini dipicu secara kuat oleh tingginya kadar persepsi nyeri akut abdomen pascabedah, yang menghambat sekresi endogen oksitosin via jalur stimulasi katekolamin simpatis (Uraji et al., 2025). Hambatan pengeluaran ASI ini berdampak langsung pada pemenuhan kebutuhan gizi bayi. Kegagalan pemenuhan asupan nutrisi alami di awal kelahiran memaksa keluarga memberikan susu formula komersial, seperti yang terjadi pada Subjek 1. Hal ini sangat disayangkan mengingat asupan formula dini berisiko tinggi mengganggu homeostasis pencernaan bayi, menurunkan absorpsi zat gizi mikro, serta meningkatkan kerentanan morbiditas infeksi yang menjadi faktor pemicu tidak langsung masalah *stunting* anak di kemudian hari (Sri Rahayu, 2022).

Perubahan positif yang signifikan terjadi setelah kedua subjek mendapatkan terapi komplementer rutin selama 3 hari berturut-turut. Pada evaluasi akhir hari ketiga, skor asupan gizi laktasi Subjek 1 meningkat tajam hingga mencapai skor 7 (Kategori Lancar), dan Subjek 2 sukses meraih skor sempurna 8 (Kategori Lancar). Keberhasilan laktasi ini terjadi karena stimulasi taktil pijat oksitosin pada jalur meridian punggung mengirimkan sinyal saraf

parasimpatis ke hipotalamus untuk menghentikan produksi hormon stres kortisol, sekaligus merangsang sel mioepitel kelenjar mammae untuk berkontraksi mengeluarkan kandungan ASI (Latifah & Yuliaswati, 2024; Maulida et al., 2021).

Kecepatan respon peningkatan sekresi nutrisi pada Subjek 2 terpantau lebih cepat dibandingkan Subjek 1. Hal ini didasari oleh faktor paritas, di mana Subjek 2 selaku multipara telah memiliki memori biologis perkembangan kelenjar payudara serta tingkat efikasi diri yang lebih tinggi dari pengalaman menyusui anak pertama (Ursi et al., 2025). Sebaliknya, Subjek 1 merupakan primipara berusia muda yang dihadapkan pada kecemasan berat serta minimnya dukungan emosional suami, yang pada awalnya menghambat kerja optimal refleksi pengaliran susu (Fath, 2023; Widiastuti & Jati, 2020).

Kelebihan utama dari intervensi asuhan ini terletak pada pemanfaatan fraksi bioaktif komplementer minyak esensial lavender. Komponen molekuler aktif *linalool* dan *linalyl acetate* yang terkandung di dalam minyak lavender terbukti memiliki efek ganda yang menguntungkan. Absorpsi zat kimia organik ini melalui inhalasi penciuman mampu memodulasi sistem neurotransmiter limbic saraf untuk menurunkan sekresi kortisol plasma darah, meredakan intensitas

nyeri luka operasi, serta menciptakan efek relaksasi yang mendalam bagi ibu nifas (Dewi et al., 2023; Pratiwi & Nurrohmah, 2023).

Ketika beban stres psikofisik ibu post-SC berkurang, hambatan hulu pada jalur neuroendokrin prolaktin dan oksitosin akan terurai, sehingga produksi serta pengaliran volume zat gizi ASI dapat mengalir secara konstan (Mega & Yuliaswati, 2023). Hal ini membuktikan secara ilmiah bahwa perpaduan pijat taktil oksitosin dan esensial lavender sangat potensial diintegrasikan dalam ruang lingkup asuhan pemenuhan gizi maternal guna menjamin ketersediaan nutrisi ASI yang melimpah dan berkelanjutan (Febrina et al., 2026; Nataria et al., 2025; Tono, 2021).

## KESIMPULAN

Aplikasi terapi komplementer pijat oksitosin berbasis esensial lavender (*Lavandula angustifolia*) terbukti efektif secara signifikan meningkatkan skor kelancaran produksi dan pengeluaran nutrisi ASI pada ibu nifas pasca-operasi *sectio caesarea* di RS Dewi Sri Karawang. Evaluasi harian selama tiga hari menunjukkan respons pemulihan laktasi yang konsisten, di mana Subjek 1 mencapai kategori lancar (skor harian 7) dan Subjek 2 meraih kategori lancar maksimal (skor harian 8).

Keberhasilan pemenuhan indikator kecukupan zat gizi ini berkontribusi langsung dalam menurunkan ketergantungan pemberian susu formula dini pada neonatus, sehingga potensial digunakan sebagai intervensi preventif masalah malnutrisi dan stunting sejak dini. Perawat maternitas direkomendasikan mengimplementasikan metode asuhan komplementer ini secara terjadwal di ruang rawat nifas.

## REFERENSI

- Afriza, D., (2013). The effect of mercury vapor and the role of green tea extract on brain cells. *Journal of Dentistry Indonesia*. 20 (2): 39-40. DOI: 10.14693/jdi.v20i2.151
- Apriningrum, N. (2018). Evaluation input and output of cervical cancer prevention program with Visual Inspection Acetic acid (VIA) in Karawang District. *Proceeding - International Midwifery Scientific Conference*. Jakarta: PIT Bidan.
- Dewi, M. N., Rahmawati, D., & Ulfa, I. M., (2023). Pengaruh pijat oksitosin menggunakan minyak lavender terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Bintang Ara. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*. 4 (1): 177–189. DOI: 10.55606/jrik.v4i1.2867
- Evans, P & Halliwill, B., (2001). Micronutrients: Oxidant/antioxidant status. *British Journal of Nutrition*. 85 (2): 67. DOI: 10.3390/antiox1007101
- Fath, F., (2023). Faktor determinan produksi air susu ibu pasien sectio caesarea dengan spinal anestesi. *Journal of Nursing & Health*. 5 (1): 26–34. DOI: 10.36656/jnh.v5i1.402
- Febrina, L., Febriyani, P. A., & Amelia, F. V., (2026). Efektivitas aromaterapi lavender dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post sectio caesarea di ruang kebidanan RSUD Dr. H. Jusuf SK Tarakan. *Jurnal Penelitian Inovatif*. 6 (1): 79–88. DOI: 10.55606/jupin.v6i1.912
- Hanafiah, K. A. (2012). Rancangan percobaan teori dan aplikasi. (Ed 3). Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Hewwit, SC, Harrel, JC & Korach, KS, (2005). Pelajaran tentang biologi estrogen dari hewan knockout dan transgenik. *Tinjauan Tahunan Fisiologi*. 67;286. DOI: 10.1146/annurev.physiol.67.040403.115 914
- Latifah, S., & Yuliaswati, E., (2024). Pengaruh pijat oksitosin dengan oil lavender terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum di RS TK II Kartika Husada. *Medical Research and Public Health Information Journal*. 1 (2): 41–51. DOI: 10.55606/mrphij.v1i2.115

- Mega, R. A., & Yuliaswati, E., (2023). Pengaruh pijat oksitosin menggunakan minyak aromaterapi lavender terhadap produksi ASI ibu nifas. *Jurnal Medika Nusantara*. 1 (4): 33–40. DOI: 10.59680/medika.v1i4.592
- Muchsin, R., (2009). Pengaruh Pemberian Monosodium Glutamate Terhadap Histologi Endometrium Mencit (*Mus Musculus L.*). Tesis. Medan: Pascasarjana Universitas Sumatera Utara.  
<http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/36393>
- Nataria, D., Felina, M., Lubis, K., & Nova, D., (2025). Kombinasi pijat oksitosin dengan aroma terapi lavender terhadap produksi ASI pada ibu post partum primipara. *Jurnal Kesehatan Perintis*. 11 (2): 197–202. DOI: 10.33653/jkp.v11i2.812
- Pratiwi, L. N., & Nurrohmah, A., (2023). Pengaruh pijat oksitosin menggunakan essential oil lavender terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Desa Kemiri. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*. 8 (1): 8–12. DOI: 10.51143/jksi.v8i1.399
- Rizal A., Hijayanti K., Saptokasi N., Alfi R N., (2021). Analisis perbandingan dan kecepatan transfer data dengan kabel usb tipe A dan usb tipe C. *Electronic Thesis or Dissertation*. Retrieved from <https://localhost/etd>
- Satoh, K., Sakamoto, Y., Ogata, A., Nagai, F., Mikuriya, H., Numazawa, et al., (2002). Inhibition of aromatase activity by green tea extract catechins and 30 their endocrinological effects of oral administration in rats. *Food and Chemical Toxicology*. 40: 925. DOI: 10.1016/s0278-6915(02)00066-2
- Sri Rahayu, Y., (2022). Aspek determinan ibu dalam praktik ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Kabupaten Karawang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*. 17 (2): 123–128. DOI: 10.32584/jik.v17i2.451
- Tono, S. F. N., (2021). Pengaruh pijat oksitosin dan aromateraphy lavender terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Batur I Kabupaten Banjarnegara. *Jurnal Kebidanan*. 10 (2): 33–41. DOI: 10.47560/keb.v10i2.295
- Urahi, T. D., Rekuensi, D. A. N F., & Angsung, M. E. L., (2025). Hubungan intensitas nyeri pada ibu post sectio caesarea dengan frekuensi menyusui. *Jurnal Kesehatan Maternitas*. 16 (1): 249–256. DOI: 10.33656/jkm.v16i1.611
- Widiastuti, Y. P., & Jati, R. P., (2020). Kelancaran produksi ASI pada ibu post partum dengan operasi sesar. *Jurnal Cendekia Utama*. 9 (3): 282–290. DOI: 10.31596/jcu.v9i3.612



A. D. Yanti, (2025). Penerapan terapi komplementer pommel (pijat oksitosin menggunakan minyak esensial lavender) untuk meningkatkan produksi

ASI pada ibu nifas. *Innovative: Journal of Social Science Research*. 5 (1): 3804–3815. DOI: 10.31004/innovative.v5i1.2115

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Matriks Hasil Observasi Parameter Kecukupan Zat Gizi ASI Bayi Harian Pasca-Intervensi Pijat Komplementer

| No  | Indikator Klinis Pemenuhan Nutrisi Bayi                       | Subjek 1 (Ny. F)                  | Subjek 2 (Ny. A)             |
|---|---|-----------------------------------|------------------------------|
| 1   | Payudara teraba penuh/tegang sebelum proses menyusui          | ✓ (Hari 1, 2, 3)                  | ✓ (Hari 1, 2, 3)             |
| 2   | ASI keluar memancar saat area papila/puting ditekan manual    | ✓ (Hari 1, 2, 3)                  | ✓ (Hari 1, 2, 3)             |
| 3   | ASI didapati tetap menetes pasca-selesai menyusui             | ✓ (Baru Terpenuhi Hari 2, 3)      | ✓ (Baru Terpenuhi Hari 2, 3) |
| 4   | Payudara berangsur lembek/kosong se usai bayi menyusu         | ✓ (Baru Terpenuhi Hari 2, 3)      | ✓ (Hari 1, 2, 3)             |
| 5   | Bayi tenang dan tertidur pulas $\geq$ 2 jam pasca-menyusu     | ✓ (Baru Terpenuhi Hari 3)         | ✓ (Baru Terpenuhi Hari 2, 3) |
| 6   | Frekuensi menyusu bayi adekuat 8–12 kali dalam 24 jam         | ✓ (Baru Terpenuhi Hari 1, 2, 3)   | ✓ (Hari 1, 2, 3)             |
| 7   | Frekuensi BAK bayi lancar $\geq$ 6–8 kali per hari            | ✓ (Baru Terpenuhi Hari 3)         | ✓ (Baru Terpenuhi Hari 1, 3) |
| 8   | Frekuensi Buang Air Besar (BAB) bayi normal 2–5 kali per hari | × (Belum Terpenuhi hingga Hari 3) | ✓ (Baru Terpenuhi Hari 3)    |
| Skor Baseline Pengkajian Awal (Pre-test)  |   | Skor: 2 (Tidak Lancar)            | Skor: 4 (Kurang Lancar)      |
| Skor Akhir Evaluasi Hari Ke-3 (Post-test) |   | Skor: 7 (Kategori Lancar)         | Skor: 8 (Kategori Lancar)    |