

The Effectiveness of Lactation Massage Using Jasmine Oil on Breast Milk Production Among Post-Cesarean Section Mothers in the Working Area of Sukorame Community Health Center, Kediri City

Efektivitas Pijat Laktasi dengan Minyak Jasmine terhadap Pengeluaran Asi pada Ibu *Post Sectio Caesarea* Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri

**Septina Rahma Damayanti^{1*}, Dwi Estuning Rahayu², Susanti Pratamaningtyas³,
Sumy Dwu Antono⁴**

Program Studi Sarjana Terapan, Politeknik Kesehatan Kemenkes, Malang, Indonesia

*Corresponding Author: septinarahma03@gmail.com

ABSTRAK

Article History:

Received: March 24, 2026

Revised: April 27, 2026

Accepted: May 8, 2026

Kata kunci:

Pijat laktasi, minyak jasmine, pengeluaran ASI, *post sectio caesarea*.

Latar Belakang: Pengeluaran ASI pada ibu *post sectio caesarea* sering mengalami hambatan akibat nyeri luka operasi, keterbatasan mobilisasi, kecemasan, dan kelelahan. Kondisi tersebut dapat mengganggu refleks hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam proses laktasi. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengeluaran ASI adalah pijat laktasi dengan minyak jasmine. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat laktasi dengan minyak jasmine pada ibu *post sectio caesarea* di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan rancangan One Group Pretest-Posttest Design tanpa kelompok kontrol. Sampel penelitian berjumlah 36 ibu *post sectio caesarea* yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Intervensi berupa pijat laktasi dengan minyak jasmine dilakukan selama 15–20 menit sebanyak tiga kali berturut-turut. Data pengeluaran ASI dikumpulkan menggunakan lembar observasi dan dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. **Hasil:** Hasil analisis menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada pengeluaran ASI sebelum dan sesudah pemberian pijat laktasi dengan minyak jasmine. Intervensi ini terbukti mampu meningkatkan pengeluaran ASI pada ibu *post sectio caesarea*. **Simpulan:** Pijat laktasi dengan minyak jasmine efektif dalam meningkatkan pengeluaran ASI pada ibu *post sectio caesarea*. Intervensi ini membantu meningkatkan sirkulasi darah, merangsang sekresi hormon prolaktin dan oksitosin, serta memberikan efek relaksasi. Aroma minyak jasmine juga

berkontribusi dalam mengurangi kecemasan dan meningkatkan kenyamanan ibu sehingga refleksi pengeluaran ASI menjadi lebih optimal. **Saran:** enaga kesehatan, khususnya bidan dan perawat, disarankan untuk menerapkan pijat laktasi dengan minyak jasmine sebagai terapi pendamping nonfarmakologis dalam mendukung keberhasilan menyusui pada ibu post sectio caesarea. Penelitian selanjutnya diharapkan menggunakan desain randomized controlled trial dengan jumlah sampel yang lebih besar agar diperoleh bukti ilmiah yang lebih kuat.

ABSTRACT

Keywords:

Lactation massage, Jasmine oil,
Breast milk production, Post-
cesarean section mothers.

Background: Breast milk production among mothers following cesarean section is often suboptimal due to postoperative pain, limited mobility, anxiety, and fatigue, which can inhibit the lactation process. Non-pharmacological interventions, such as lactation massage using jasmine oil, may help stimulate breast milk production by promoting relaxation and hormonal responses. **Objective:** To determine the difference in breast milk production before and after lactation massage using jasmine oil among post-cesarean section mothers in the working area of Sukorame Community Health Center, Kediri City. **Methods:** This study employed a pre-experimental design using a one-group pretest-posttest approach without a control group. A total of 36 post-cesarean section mothers were selected through simple random sampling. The intervention consisted of lactation massage with jasmine oil for 15–20 minutes, administered once daily for three consecutive days. Breast milk production was assessed using an observation checklist before and after the intervention. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. **Results:** The analysis showed a statistically significant difference in breast milk production before and after lactation massage with jasmine oil (p -value = 0.000; $p < 0.05$). The intervention was associated with improved breast milk production among post-cesarean section mothers. **Conclusion:** Lactation massage using jasmine oil is effective in improving breast milk production among post-cesarean section mothers. The intervention enhances blood circulation, stimulates prolactin and oxytocin secretion, and provides a relaxing effect. Additionally, the aroma of jasmine oil helps reduce maternal anxiety and increase comfort, thereby optimizing the milk ejection reflex. **Suggestion:** Healthcare providers, particularly midwives and nurses, are encouraged to incorporate lactation massage with jasmine oil as a complementary non-pharmacological intervention to support breastfeeding among post-cesarean section mothers. Future studies should employ randomized controlled trial designs with larger sample sizes to further confirm its effectiveness.

PENDAHULUAN

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) merupakan salah satu upaya penting dalam meningkatkan status kesehatan dan kualitas hidup bayi. ASI mengandung berbagai zat gizi yang lengkap dan seimbang, antibodi, enzim, serta faktor pertumbuhan yang berperan dalam mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal. Organisasi Kesehatan Dunia atau *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan dan dilanjutkan hingga usia dua tahun dengan makanan pendamping ASI yang sesuai. Meskipun manfaat ASI telah terbukti secara ilmiah, cakupan pemberian ASI eksklusif di berbagai negara,

termasuk Indonesia, masih belum mencapai target yang diharapkan. Salah satu faktor yang memengaruhi keberhasilan menyusui adalah kelancaran produksi dan pengeluaran ASI pada masa nifas, terutama pada ibu yang menjalani persalinan secara *sectio caesarea*.

Persalinan *sectio caesarea* merupakan tindakan operatif yang semakin banyak dilakukan dalam beberapa dekade terakhir. Data WHO menunjukkan bahwa angka persalinan *sectio caesarea* terus meningkat di berbagai negara dan diperkirakan akan terus bertambah hingga tahun 2030. Di Indonesia, persalinan *sectio caesarea* telah mencapai 17,6% dari seluruh persalinan. Tingginya angka persalinan *sectio caesarea* menunjukkan bahwa semakin banyak ibu yang berpotensi mengalami berbagai masalah pascapersalinan, termasuk hambatan dalam proses laktasi. Kondisi ini menjadi perhatian penting karena keberhasilan pemberian ASI pada hari-hari pertama kehidupan bayi sangat menentukan keberlangsungan pemberian ASI eksklusif pada bulan-bulan berikutnya.

Ibu *post sectio caesarea* sering mengalami keterlambatan pengeluaran ASI dibandingkan dengan ibu yang melahirkan secara normal. Keterlambatan tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti nyeri luka operasi, efek anestesi, keterbatasan mobilisasi, kelelahan, stres, kecemasan, dan gangguan proses inisiasi menyusui dini. Nyeri pascaoperasi dapat menyebabkan ibu merasa tidak nyaman saat menyusui sehingga frekuensi kontak kulit dengan bayi menjadi berkurang. Kondisi ini berpengaruh terhadap stimulasi puting yang diperlukan untuk merangsang sekresi hormon prolaktin dan oksitosin. Padahal kedua hormon tersebut memiliki peranan utama dalam proses produksi dan pengeluaran ASI. Apabila stimulasi hormon terganggu, maka refleks pengeluaran ASI (*let-down reflex*) tidak berjalan optimal sehingga jumlah ASI yang keluar menjadi berkurang.

Pengeluaran ASI dipengaruhi oleh faktor fisiologis maupun psikologis. Secara fisiologis, hormon prolaktin berfungsi merangsang pembentukan ASI pada alveoli payudara, sedangkan hormon oksitosin berperan dalam kontraksi sel mioepitel yang mendorong ASI keluar menuju puting susu. Secara psikologis, kondisi emosional ibu sangat memengaruhi pelepasan hormon oksitosin. Ibu yang mengalami kecemasan, stres, atau ketidaknyamanan cenderung mengalami hambatan pada refleks pengeluaran ASI. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tidak hanya mampu meningkatkan stimulasi fisiologis, tetapi juga memberikan efek relaksasi sehingga dapat membantu memperlancar proses laktasi pada ibu *post sectio caesarea*.

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang banyak digunakan untuk meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI adalah pijat laktasi. Pijat laktasi merupakan teknik pemijatan yang dilakukan pada area kepala, leher, bahu, punggung, tulang belakang, dan payudara untuk memberikan stimulasi pada sistem saraf yang berhubungan dengan pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin. Selain meningkatkan sirkulasi darah, pijat laktasi juga dapat mengurangi ketegangan otot, meningkatkan rasa nyaman, serta membantu ibu menjadi lebih rileks. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pijat laktasi efektif dalam meningkatkan produksi maupun pengeluaran ASI pada ibu nifas. Namun, efektivitas pijat laktasi dapat ditingkatkan melalui kombinasi dengan terapi aromaterapi yang memiliki efek menenangkan.

Salah satu minyak esensial yang berpotensi digunakan dalam pijat laktasi adalah minyak jasmine (*Jasminum officinale*). Minyak jasmine mengandung senyawa aktif seperti linalool dan benzyl acetate yang diketahui memiliki efek relaksasi, antistres, dan ansiolitik. Aroma jasmine mampu menurunkan kadar hormon kortisol yang berhubungan dengan stres sehingga menciptakan kondisi psikologis yang lebih tenang. Pada ibu *post sectio caesarea*, kondisi relaksasi sangat diperlukan karena nyeri dan kecemasan pascaoperasi sering kali menjadi faktor utama yang menghambat refleks pengeluaran ASI. Dengan demikian, penggunaan minyak jasmine dalam pijat

laktasi tidak hanya memberikan manfaat mekanis melalui stimulasi pemijatan, tetapi juga memberikan efek psikologis yang dapat mendukung keberhasilan proses menyusui.

Beberapa penelitian terdahulu telah membuktikan manfaat pijat laktasi maupun penggunaan minyak jasmine terhadap peningkatan produksi ASI. Hanubun et al. (2023) melaporkan bahwa seluruh responden mengalami peningkatan pengeluaran ASI setelah mendapatkan pijat laktasi. Penelitian Sartely et al. (2023) juga menunjukkan bahwa kombinasi lactation massage dan jasmine oil secara signifikan meningkatkan volume ASI pada ibu nifas sectio caesarea dibandingkan kelompok kontrol. Selain itu, penelitian sebelumnya mengenai pengaruh lactation massage kombinasi jasmine oil terhadap volume kolostrum pada ibu nifas sectio caesarea menunjukkan hasil yang positif terhadap peningkatan volume kolostrum.

Meskipun demikian, masih terdapat beberapa kesenjangan penelitian (research gap) yang perlu dikaji lebih lanjut. Pertama, sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada volume kolostrum atau volume ASI dalam setting rumah sakit, sementara penelitian mengenai pengeluaran ASI pada ibu post sectio caesarea di tingkat pelayanan primer, khususnya puskesmas, masih terbatas. Kedua, sebagian penelitian menggunakan desain dengan kelompok intervensi dan kontrol, namun belum banyak yang mengevaluasi perubahan pengeluaran ASI secara langsung sebelum dan sesudah intervensi pada populasi ibu post sectio caesarea di wilayah dengan angka persalinan sectio caesarea yang tinggi. Ketiga, terdapat keterbatasan bukti empiris yang menggambarkan efektivitas pijat laktasi dengan minyak jasmine pada konteks lokal masyarakat Indonesia, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri yang memiliki angka persalinan sectio caesarea cukup tinggi dan capaian ASI eksklusif yang masih fluktuatif.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Kediri, wilayah kerja Puskesmas Sukorame merupakan salah satu wilayah dengan jumlah persalinan sectio caesarea tertinggi dalam beberapa tahun terakhir. Di sisi lain, cakupan ASI eksklusif di wilayah tersebut mengalami penurunan pada tahun 2025 dibandingkan tahun sebelumnya. Kondisi ini menunjukkan bahwa masih terdapat permasalahan dalam keberhasilan menyusui yang memerlukan intervensi efektif dan mudah diterapkan. Oleh karena itu, penelitian mengenai efektivitas pijat laktasi dengan minyak jasmine terhadap pengeluaran ASI pada ibu post sectio caesarea menjadi relevan untuk dilakukan sebagai upaya mendukung peningkatan keberhasilan menyusui.

Novelty (kebaruan) penelitian ini terletak pada penggunaan kombinasi pijat laktasi dan minyak jasmine yang difokuskan pada pengukuran pengeluaran ASI sebelum dan sesudah intervensi pada ibu post sectio caesarea di tingkat pelayanan kesehatan primer. Penelitian ini juga dilakukan pada populasi yang memiliki risiko tinggi mengalami keterlambatan laktasi akibat nyeri dan keterbatasan mobilisasi pascaoperasi. Selain itu, penelitian ini memberikan bukti empiris terbaru mengenai efektivitas intervensi nonfarmakologis yang sederhana, aman, mudah diterapkan, dan berpotensi menjadi bagian dari standar asuhan kebidanan bagi ibu post sectio caesarea.

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan penelitian untuk menganalisis efektivitas pijat laktasi dengan minyak jasmine terhadap pengeluaran ASI pada ibu post sectio caesarea di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan intervensi kebidanan berbasis bukti serta menjadi alternatif strategi untuk meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif di Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan rancangan One Group Pretest–Posttest Design, yaitu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui perubahan pengeluaran ASI sebelum dan sesudah pemberian intervensi tanpa menggunakan kelompok kontrol. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri. Populasi penelitian adalah seluruh ibu post sectio caesarea yang memenuhi kriteria inklusi selama periode penelitian. Sampel berjumlah 36 responden yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Kriteria inklusi meliputi ibu post sectio caesarea yang bersedia menjadi responden, berada pada masa nifas awal, serta tidak memiliki komplikasi yang dapat menghambat proses menyusui.

Intervensi yang diberikan berupa pijat laktasi menggunakan minyak jasmine selama 15–20 menit, yang dilakukan sebanyak tiga kali berturut-turut oleh peneliti sesuai dengan standar prosedur pijat laktasi. Pengukuran pengeluaran ASI dilakukan sebelum intervensi (pretest) dan setelah seluruh rangkaian intervensi selesai (posttest) menggunakan lembar observasi pengeluaran ASI yang meliputi indikator kelancaran pengeluaran ASI sesuai pedoman observasi yang telah ditetapkan. Selama penelitian, seluruh responden memperoleh perlakuan yang sama untuk meminimalkan variasi hasil yang disebabkan oleh faktor lain.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik. Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan distribusi pengeluaran ASI sebelum maupun sesudah intervensi dalam bentuk frekuensi, persentase, serta ukuran pemusatan data. Selanjutnya, analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test karena data berasal dari dua pengukuran berpasangan dan tidak berdistribusi normal. Tingkat signifikansi ditetapkan pada $\alpha = 0,05$, sehingga nilai $p < 0,05$ menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna pada pengeluaran ASI sebelum dan sesudah pemberian pijat laktasi menggunakan minyak jasmine. Sebelum penelitian dilaksanakan, seluruh responden diberikan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian serta menandatangani lembar informed consent sebagai bentuk persetujuan berpartisipasi dalam penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 36 ibu post sectio caesarea yang berada di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi pengeluaran ASI sebelum maupun sesudah diberikan intervensi pijat laktasi dengan minyak jasmine. Selanjutnya, analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dilakukan untuk mengetahui efektivitas intervensi terhadap perubahan pengeluaran ASI. Penyajian hasil penelitian diawali dengan karakteristik responden sebagai dasar dalam memahami kondisi subjek penelitian, kemudian dilanjutkan dengan distribusi pengeluaran ASI sebelum dan sesudah intervensi serta hasil pengujian statistik.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Pada Ibu Post Sectio Caesarea Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
<20 tahun	1	3
20-35 tahun	33	92
>35 tahun	2	5
Pendidikan		
SD	0	0
SMP	6	17
SMA	23	64
Perguruan Tinggi	7	19

Paritas		
Primipara	20	56
Multipara	16	44
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	28	78
PNS	1	3
Swasta	5	14
Wiraswasta	2	5
IMD		
Dilakukan	9	25
Tidak dilakukan	27	75

Berdasarkan Tabel 1. diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia reproduksi sehat, yaitu 20–35 tahun sebanyak 33 orang (92%), sedangkan responden berusia kurang dari 20 tahun hanya 1 orang (3%) dan lebih dari 35 tahun sebanyak 2 orang (5%). Distribusi usia tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kelompok usia yang secara fisiologis memiliki fungsi reproduksi dan kemampuan laktasi yang optimal. Dengan demikian, hambatan pengeluaran ASI yang terjadi pada responden diduga lebih dipengaruhi oleh kondisi pasca operasi sectio caesarea dibandingkan faktor usia maternal.

Karakteristik pendidikan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan menengah, yaitu SMA sebanyak 23 orang (64%), diikuti perguruan tinggi sebanyak 7 orang (19%) dan SMP sebanyak 6 orang (17%). Tidak terdapat responden dengan tingkat pendidikan sekolah dasar. Tingkat pendidikan yang relatif baik menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki kemampuan menerima informasi kesehatan, termasuk mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif dan teknik menyusui. Namun demikian, tingginya tingkat pendidikan belum sepenuhnya mampu mengatasi hambatan fisiologis yang dialami ibu post sectio caesarea dalam proses pengeluaran ASI.

Berdasarkan karakteristik paritas dan pekerjaan, sebanyak 20 responden (56%) merupakan primipara, sedangkan 16 responden (44%) merupakan multipara. Mayoritas responden bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 28 orang (78%), sementara sisanya bekerja di sektor swasta, wiraswasta, dan pegawai negeri sipil. Selain itu, sebagian besar responden tidak menjalani Inisiasi Menyusu Dini (IMD), yaitu sebanyak 27 orang (75%), sedangkan hanya 9 orang (25%) yang mendapatkan IMD. Tingginya proporsi ibu yang tidak melakukan IMD menjadi salah satu faktor yang berpotensi memengaruhi keterlambatan stimulasi refleks prolaktin dan oksitosin sehingga pengeluaran ASI pada awal masa nifas menjadi kurang optimal.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengeluaran ASI Ibu *Post Sectio Caesarea* di Wilayah Kerja Pukesmas Sukorame Kota Kediri Sebelum Diberikan Pijat Laktasi dengan Minyak Jasmine

Kategori	F rekuensi	Persent ase (%)
Lancar (>7)	4	11
Cukup Lancar (4-6)	15	42
Kurang Lancar (<3)	17	47
Jumlah	36	100

Hasil analisis univariat terhadap pengeluaran ASI sebelum dilakukan pijat laktasi dengan minyak jasmine tabel 2. menunjukkan bahwa hampir setengah responden berada pada kategori kurang lancar, yaitu sebanyak 17 orang (47%), diikuti kategori cukup lancar sebanyak 15 orang (42%), sedangkan kategori lancar hanya sebanyak 4 orang (11%). Distribusi tersebut mengindikasikan bahwa mayoritas ibu post sectio caesarea masih mengalami hambatan dalam

pengeluaran ASI pada masa awal postpartum. Kondisi ini memperlihatkan bahwa tindakan sectio caesarea masih menjadi salah satu faktor yang berpengaruh terhadap keterlambatan proses laktasi sehingga diperlukan intervensi yang mampu mempercepat pengeluaran ASI.

Setelah responden mendapatkan intervensi berupa pijat laktasi menggunakan minyak jasmine selama tiga kali berturut-turut, terjadi perubahan yang cukup nyata pada distribusi pengeluaran ASI. Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa sebanyak 26 responden (72%) telah berada pada kategori pengeluaran ASI lancar, sedangkan kategori cukup lancar menurun menjadi 8 orang (22%) dan kategori kurang lancar tinggal 2 orang (6%). Pergeseran distribusi tersebut menunjukkan adanya peningkatan kemampuan pengeluaran ASI pada sebagian besar responden setelah memperoleh intervensi. Penurunan jumlah ibu dengan kategori kurang lancar dari 47% menjadi 6% menunjukkan bahwa pijat laktasi dengan minyak jasmine memberikan respons positif terhadap proses laktasi pada ibu post sectio caesarea.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengeluaran ASI Ibu *Post Sectio Caesarea* di Wilayah Kerja Pukesmas Sukorame Kota Kediri Sesudah Diberikan Pijat Laktasi dengan Minyak Jasmine

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Lancar (>7)	26	72
Cukup Lancar (4-6)	8	22
Kurang Lancar (<3)	2	6
Jumlah	36	100

Hasil analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai p -value = 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara kondisi pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat laktasi dengan minyak jasmine. Secara statistik, temuan tersebut membuktikan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengeluaran ASI pada ibu post sectio caesarea. Perubahan distribusi kategori pengeluaran ASI dari dominasi kategori kurang lancar sebelum intervensi menjadi dominasi kategori lancar sesudah intervensi memperkuat bukti bahwa kombinasi stimulasi pijatan dan penggunaan minyak jasmine berpotensi menjadi terapi nonfarmakologis yang efektif dalam mendukung keberhasilan laktasi pada ibu pasca operasi sectio caesarea.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pijat laktasi dengan minyak jasmine, hampir setengah responden mengalami pengeluaran ASI dalam kategori kurang lancar (47%). Kondisi ini menggambarkan bahwa ibu post sectio caesarea masih menghadapi berbagai hambatan fisiologis maupun psikologis pada masa awal nifas. Persalinan melalui tindakan operasi menyebabkan ibu mengalami nyeri pada daerah insisi, keterbatasan mobilisasi, efek residu anestesi, serta kelelahan yang dapat menghambat proses menyusui. Hambatan tersebut menyebabkan stimulasi pada puting susu tidak terjadi secara optimal sehingga refleks pengeluaran ASI (let-down reflex) menjadi terlambat. Temuan ini memperlihatkan bahwa keterlambatan pengeluaran ASI merupakan masalah yang umum terjadi pada ibu post sectio caesarea dan memerlukan penanganan sejak dini agar keberhasilan pemberian ASI eksklusif dapat tercapai.

Secara fisiologis, proses laktasi dikendalikan oleh dua hormon utama, yaitu prolaktin dan oksitosin. Hormon prolaktin berfungsi merangsang sel alveoli pada payudara untuk memproduksi ASI, sedangkan hormon oksitosin berperan dalam kontraksi sel mioepitel sehingga ASI dapat mengalir menuju duktus laktiferus dan keluar melalui puting susu. Pelepasan hormon oksitosin sangat dipengaruhi oleh kondisi emosional ibu. Nyeri, kecemasan, stres, maupun rasa takut setelah

menjalani operasi dapat meningkatkan sekresi hormon kortisol dan katekolamin yang menghambat pelepasan oksitosin. Akibatnya, meskipun produksi ASI telah dimulai, proses pengeluarannya menjadi kurang optimal. Mekanisme ini menjelaskan mengapa sebagian besar responden pada penelitian ini mengalami pengeluaran ASI yang kurang lancar sebelum diberikan intervensi.

Karakteristik responden juga memberikan gambaran mengenai faktor-faktor yang berpotensi memengaruhi pengeluaran ASI. Sebagian besar responden berada pada rentang usia 20–35 tahun yang merupakan usia reproduksi sehat, sehingga secara biologis memiliki kemampuan laktasi yang baik. Selain itu, mayoritas responden berpendidikan SMA dan sebagian kecil telah menempuh pendidikan tinggi, yang menunjukkan bahwa mereka memiliki kemampuan menerima informasi kesehatan dengan cukup baik. Namun demikian, meskipun karakteristik usia dan pendidikan tergolong mendukung, hambatan pengeluaran ASI tetap terjadi. Hal ini menunjukkan bahwa faktor fisiologis akibat tindakan *sectio caesarea* memiliki pengaruh yang lebih dominan dibandingkan karakteristik demografi responden dalam masa awal menyusui.

Faktor lain yang diduga berkontribusi terhadap rendahnya pengeluaran ASI sebelum intervensi adalah tingginya proporsi ibu yang tidak menjalani Inisiasi Menyusu Dini (IMD), yaitu sebesar 75%. IMD merupakan salah satu langkah penting untuk merangsang pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin melalui hisapan bayi pada satu jam pertama setelah lahir. Hisapan awal bayi memberikan rangsangan neuroendokrin yang mempercepat proses laktogenesis II dan memperkuat refleks pengeluaran ASI. Ketika IMD tidak dilakukan, stimulasi terhadap payudara menjadi tertunda sehingga proses adaptasi fisiologis laktasi berlangsung lebih lambat. Oleh karena itu, tingginya angka ibu yang tidak melakukan IMD pada penelitian ini diduga menjadi salah satu penyebab tingginya proporsi responden dengan pengeluaran ASI yang kurang lancar sebelum diberikan pijat laktasi.

Setelah diberikan intervensi pijat laktasi menggunakan minyak jasmine, terjadi peningkatan yang cukup signifikan pada pengeluaran ASI. Sebagian besar responden berpindah ke kategori lancar (72%), sedangkan kategori kurang lancar menurun menjadi hanya 6%. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa pijat laktasi mampu memberikan stimulasi mekanis yang efektif terhadap sistem neuroendokrin. Pemijatan pada daerah punggung, bahu, leher, dan payudara meningkatkan sirkulasi darah menuju jaringan payudara serta merangsang ujung-ujung saraf sensorik yang terhubung dengan hipotalamus. Rangsangan tersebut diteruskan ke hipofisis anterior dan posterior sehingga meningkatkan sekresi hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan penting dalam produksi dan pengeluaran ASI.

Selain efek stimulasi mekanis, penggunaan minyak jasmine memberikan manfaat tambahan melalui mekanisme aromaterapi. Kandungan linalool dan benzyl acetate pada minyak jasmine diketahui memiliki efek relaksasi yang dapat menurunkan kadar hormon stres, seperti kortisol, sehingga membantu menciptakan kondisi psikologis yang lebih nyaman bagi ibu. Aroma jasmine yang dihirup akan diteruskan melalui sistem olfaktorius menuju sistem limbik yang mengatur emosi dan respons stres. Ketika ibu merasa lebih rileks, pelepasan hormon oksitosin menjadi lebih optimal sehingga refleks let-down berlangsung lebih efektif. Dengan demikian, kombinasi pijat laktasi dan minyak jasmine tidak hanya bekerja melalui mekanisme fisiologis, tetapi juga melalui perbaikan kondisi psikologis ibu selama masa nifas.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan pengeluaran ASI setelah intervensi merupakan hasil sinergi antara karakteristik responden yang sebagian besar berada pada usia reproduksi sehat dengan pemberian stimulasi laktasi yang tepat. Meskipun mayoritas responden tidak menjalani IMD dan mengalami hambatan akibat tindakan *sectio caesarea*, pemberian pijat laktasi menggunakan minyak jasmine mampu memperbaiki kondisi tersebut melalui peningkatan aktivitas hormon prolaktin dan oksitosin serta efek relaksasi yang mendukung refleks pengeluaran ASI. Hasil ini menguatkan bahwa keberhasilan menyusui pada ibu post *sectio caesarea* tidak hanya dipengaruhi oleh faktor biologis, tetapi juga oleh intervensi nonfarmakologis yang mampu mengatasi hambatan fisik dan psikologis secara bersamaan. Oleh karena itu, pijat laktasi dengan

minyak jasmine dapat dipertimbangkan sebagai salah satu pendekatan komplementer yang efektif dalam asuhan kebidanan untuk mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Hasil analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai p -value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara pengeluaran ASI sebelum dan sesudah diberikan pijat laktasi dengan minyak jasmine. Hasil ini membuktikan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengeluaran ASI pada ibu post sectio caesarea. Peningkatan tersebut tercermin dari bertambahnya jumlah responden dengan kategori pengeluaran ASI lancar dari 11% sebelum intervensi menjadi 72% sesudah intervensi, disertai penurunan kategori kurang lancar dari 47% menjadi 6%. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa pijat laktasi dengan minyak jasmine mampu memperbaiki fungsi fisiologis laktasi pada masa nifas awal sehingga proses menyusui menjadi lebih optimal.

Efektivitas pijat laktasi pada penelitian ini dapat dijelaskan melalui mekanisme fisiologis yang terjadi selama proses pemijatan. Stimulasi pada daerah leher, bahu, punggung, tulang belakang, dan payudara akan mengaktifkan reseptor mekanik yang selanjutnya mengirimkan impuls ke hipotalamus. Rangsangan tersebut memicu hipofisis anterior untuk meningkatkan sekresi hormon prolaktin yang berperan dalam sintesis ASI, sedangkan hipofisis posterior melepaskan hormon oksitosin yang berfungsi mengontraksikan sel mioepitel di sekitar alveoli payudara sehingga ASI terdorong keluar melalui duktus laktiferus menuju puting. Selain meningkatkan aktivitas hormonal, pijat laktasi juga memperbaiki sirkulasi darah pada jaringan payudara sehingga distribusi nutrisi dan oksigen ke sel sekretori menjadi lebih baik. Mekanisme inilah yang menjelaskan terjadinya peningkatan pengeluaran ASI setelah responden memperoleh intervensi.

Penggunaan minyak jasmine memberikan nilai tambah terhadap efektivitas pijat laktasi melalui mekanisme aromaterapi. Senyawa aktif seperti linalool dan benzyl acetate diketahui memiliki efek sedatif ringan yang dapat memberikan rasa tenang, mengurangi kecemasan, dan menurunkan kadar hormon kortisol. Penurunan hormon stres akan mengurangi hambatan terhadap pelepasan hormon oksitosin sehingga refleksi let-down berlangsung lebih optimal. Dengan demikian, kombinasi stimulasi mekanis melalui pijatan dan stimulasi psikologis melalui aroma jasmine menghasilkan efek sinergis dalam meningkatkan pengeluaran ASI. Pendekatan ini menjadi sangat relevan bagi ibu post sectio caesarea yang umumnya mengalami nyeri pascaoperasi, keterbatasan mobilisasi, dan tekanan emosional yang berpotensi menghambat proses laktasi.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Hanubun et al. (2023) yang melaporkan bahwa pijat laktasi mampu meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas melalui stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin. Hasil penelitian ini juga konsisten dengan penelitian Sartely et al. (2023) yang menunjukkan bahwa kombinasi lactation massage dan jasmine oil menghasilkan peningkatan volume pengeluaran ASI yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol pada ibu post sectio caesarea. Selain itu, penelitian Prasetya et al. (2020) menjelaskan bahwa kombinasi terapi pijat dan aromaterapi mampu meningkatkan relaksasi ibu sehingga memperlancar produksi maupun pengeluaran ASI. Kesamaan hasil tersebut memperkuat bukti bahwa pijat laktasi merupakan intervensi nonfarmakologis yang efektif, sedangkan penambahan minyak jasmine memberikan manfaat tambahan melalui efek relaksasi yang mendukung keberhasilan menyusui.

Kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada penerapan pijat laktasi menggunakan minyak jasmine yang difokuskan secara khusus pada ibu post sectio caesarea di tingkat pelayanan kesehatan primer, yaitu wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri. Berbeda dengan sebagian besar penelitian sebelumnya yang lebih banyak mengevaluasi volume kolostrum atau produksi ASI, penelitian ini menilai perubahan pengeluaran ASI melalui indikator klinis sebelum dan sesudah intervensi. Selain itu, penelitian ini dilakukan pada populasi ibu yang sebagian besar tidak menjalani Inisiasi Menyusu Dini (IMD), sehingga memberikan gambaran mengenai efektivitas pijat laktasi pada kelompok dengan risiko tinggi mengalami keterlambatan laktasi. Hasil penelitian ini memperkaya bukti ilmiah mengenai pemanfaatan kombinasi terapi sentuhan (*touch therapy*) dan aromaterapi sebagai pendekatan komplementer dalam praktik kebidanan berbasis bukti.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pijat laktasi dengan minyak jasmine merupakan intervensi nonfarmakologis yang efektif, aman, mudah diterapkan, dan berpotensi diintegrasikan ke dalam pelayanan kesehatan ibu nifas, khususnya bagi ibu post sectio caesarea. Implementasi intervensi ini oleh bidan dan tenaga kesehatan dapat menjadi salah satu strategi untuk mempercepat kelancaran pengeluaran ASI, meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif, serta mengurangi penggunaan susu formula akibat keterlambatan laktasi. Meskipun demikian, faktor-faktor lain seperti status gizi ibu, frekuensi menyusui, dukungan keluarga, kualitas istirahat, dan kondisi psikologis juga perlu diperhatikan karena dapat memengaruhi keberhasilan laktasi. Oleh karena itu, pendekatan komprehensif yang mengombinasikan edukasi menyusui, dukungan keluarga, pelaksanaan IMD, serta pijat laktasi dengan minyak jasmine diharapkan mampu meningkatkan kualitas asuhan kebidanan dan mendukung pencapaian target cakupan ASI eksklusif di Indonesia.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pijat laktasi dengan minyak jasmine efektif dalam meningkatkan pengeluaran ASI pada ibu post sectio caesarea di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri. Sebelum diberikan intervensi, hampir setengah responden mengalami pengeluaran ASI dalam kategori kurang lancar, sedangkan setelah dilakukan pijat laktasi dengan minyak jasmine, sebagian besar responden mengalami peningkatan menjadi kategori lancar. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya perbedaan yang bermakna antara pengeluaran ASI sebelum dan sesudah intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa kombinasi pijat laktasi dan minyak jasmine dapat menjadi alternatif intervensi nonfarmakologis yang efektif untuk mendukung kelancaran pengeluaran ASI pada ibu *post sectio caesarea*.

SARAN

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain penelitian yang lebih kuat dengan kelompok kontrol, menambahkan indikator objektif seperti observasi proses menyusui dan perubahan berat badan bayi, serta mengendalikan faktor-faktor perancu yang memengaruhi laktasi. Selain itu, tenaga kesehatan, khususnya bidan, diharapkan dapat mengintegrasikan pijat laktasi dengan minyak jasmine ke dalam pelayanan asuhan postpartum, institusi pendidikan dapat menjadikannya sebagai materi pembelajaran berbasis bukti, dan keluarga diharapkan memberikan dukungan aktif dalam penerapan intervensi ini untuk meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliah, dkk. (2024). Buku Ajar Komplementer Kebidanan. Jakarta: Mahakarya Citra Utama.
Dewi Aprita Sartely. (2022). Pengaruh Lactation Massage Kombinasi Jasmine Oil Terhadap Volume Kolostrum pada Ibu Post Sectio Caesarea di Kabupaten Rejang Lebong tahun 2022. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.



- Elfivania dan Wulaningsih. (2025). *Mengelola Nyeri Pasca Sectio Caesarea Tanpa Obat*. Sleman: Deepublish Digital.
- Febriyanti, N., M., et al. (2024). Terapi Komplementer Teknik akupresur dan Aromaterapi Jasmine Oil Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. 12(02). 155-162.
- Gemilang, A. (2023). Strategi intervensi pijat laktasi berbasis minyak jasmine untuk ASI eksklusif pada ibu post sectio caesarea. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ginting, R., Zuska, N., & Simanjorang, S. (2020). Efektivitas pijat oksitosin dengan aromaterapi jasmine pada ibu postpartum. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 7(1), 20-28.
- Girsang, B., M. (2023). *Evidence Based Practice Periode Nifas*. Sleman: CV. Budi Utama
- Hanifah, et al. (2023). *Buku Referensi Terapi Komplementer Sebagai Alternatif Mengurangi Kecemasan Saat Persalinan Meningkatkan Produksi ASI dan Kelancaran Pengeluaran ASI*. Jakarta: Nuansa Fajar Cemerlang.
- Helina, et al. (2020). *Buku Panduan Pelatihan Pijat Laktasi Untuk Bidan*. Pekanbaru: Natika Pekanbaru.
- Hidayati, R., et al. (2025). *Asuhan Keperawatan Maternitas pada Masa Postnatal Menggunakan Pendekatan SDKI, SLKI dan SIKI (3S)*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Hubaedah, A., et al. (2022). Pengaruh pijat laktasi dengan minyak jasmine terhadap produksi ASI pada ibu post sectio caesarea. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 15(2), 45-52.
- Indrayani, Eni, dkk. (2024). *Buku Ajar asuhan Kebidanan Nifas*. Jakarta: Mahakarya Citra Utama.
- Istiananingsih, et al. (2023). *Buku Saku Pijat Laktasi*. Jakarta: FKK UMJ.
- Iswanti, T., et al. (2023). *Diagnosis Persalinan Patologi*. Jakarta: Nuansa Fajar Cemerlang.
- Khoiriyah H., et al. (2024). *Mempersiapkan Generasi Emas Sejak dalam Kandungan*. Metro: Penerbit NEM.
- Lestari, S., A. et al. (2023). *Terapi Komplementer Untuk Mengatasi Keluhan Selama Kehamilan*. Bandung: Kaizen Media Publisng.
- Murniati dan Wulaningsih. (2025). *Penerapan Foot Massage Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesarea*. Sleman: Deepublish Digital.
- Nurita, S. R. (2022). *Kolostrum Cairan Emam Air Susu Ibu (ASI)*. Jambi: Salim Media Indonesia.
- Nurul. M, et al. (2020). *Loving Posnatal Treatment*. Semarang: Indonesia Holistic Care Association (IHCA).
- Nurmala, E., & Handayani, D. (2021). Penerapan Aromaterapi Jasmine untuk Mengurangi Skala Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 9(2), 1-10.
- Pratitit M., P. et al. (2024). *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. Sleman: CV Budi Utama.
- Prasetya Tryoggy, et al. (2020). "Pengaruh Aroma Minyak Esensial Melati Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Menyusui". Universitas Muhammadiyah Bengkulu.
- Putri, et al. (2023). Kombinasi Aromaterapi dan Pijat Sebagai Pemicu produksi ASI. *Jurnal Ilmu Kebidanan*. 11(01). 65-82.
- Rhomadona, et al. (2023). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Komplementer pada Ibu Nifas*. Jakarta: Mahakarya Citra Utama.
- Sartely, et al. (2023). Pengaruh Lactation Massage Kobinasi Jasmine Oil Terhadap Volume Kolostrum pada Ibu Nifas Sectio Caesarea. *Journal of Midwifery*. 11(01). 16-23.
- Sidabukke, et al. (2025). *Atasi Nyeri Persalinan Normal dan Sectio Caesarea dengan Memberikan Pelayanan Kesehatan bagi Ibu dan Anak Secara Optimal*. Jakarta Barat: PT. Nuansa Fajar Cemerlang.

- Sugiyono. (2023). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: CV. ALFABETA.
- Tri Kusumaningrum et al. (2023). Asuhan Kebidanan Nifas & Menyusui. Jakarta: Nuansa Fajar Cemerlang.
- Viandika dan Mega. (2021). Continuty of Care Menurunkan Sectio Caesarea. Cilacap: Wijaya Kusuma Press.
- Wahyuningsih, et al. (2023). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Komplementer pada Ibu Bersalin. Jakarta: Nuansa Fajar Cemerlang.
- Widiyastuti, D., et al. (2025). Kebutuhan Ibu Post Partum Post Seksio Sesarea. Sukabumi: CV. Jejak Anggota IKAPI.
- Wulan, S., (2024). Bunga Rampai Terapi Komplementer dalam Kehamilan. Jakarta: Nuansa Fajar Cemerlang.
- Yanti, et al. (2020). Pijat Oketani menggunakan Jasmine Oil terhadap Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Postpartum Hari 1-3. Bali: Program Studi Keperawatan Stikes Wira Medika Bali.