

Penerapan *Hypnobreastfeeding* dan Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Pasca Melahirkan

Gintan Rantika¹, Menik²

¹Mahasiswa Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Universitas Widya Husada Semarang

²Dosen Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Universitas Widya Husada Semarang

Email: gintanrantika@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Produksi Air Susu Ibu (ASI) pada masa nifas sering kali belum optimal akibat faktor psikologis seperti stres dan kecemasan yang dapat menghambat pelepasan hormon oksitosin. *Hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin merupakan intervensi *nonfarmakologis* yang dapat membantu meningkatkan produksi ASI melalui stimulasi psikologis dan fisiologis.

Tujuan: Mengetahui penerapan kombinasi *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu pasca persalinan.

Metode: Karya ilmiah akhir ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dalam bentuk studi kasus mendalam. Subyek pada penulisan karya ilmiah akhir adalah subjek pada studi kasus ini terdiri dari 4 klien yaitu ibu pasca melahirkan hari ke 1 – ke 7 . Studi kasus dilakukan di Rw 04 Desa Cihanjuang, pada tanggal 1- 20 Oktober 2025. Instrumen yang digunakan pada studi kasus ini, yaitu standar operasional prosedur (SOP) *Hypnobreastfeeding* dan standar operasional prosedur (SOP) pijat oksitosin, lembar observasi sebelum dan setelah dilakukan *Hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin. Penyajian data pada studi kasus ini yaitu data disajikan secara *textual* dan tabel.

Hasil: Hasil menunjukkan adanya peningkatan produksi ASI pada seluruh responden setelah intervensi. Rata-rata produksi ASI meningkat dari 55 ml/hari pada hari pertama menjadi 85 ml/hari pada hari kedua, dan 97,5 ml/hari pada hari ketiga, dengan rata-rata peningkatan sebesar 42,5 ml/hari (97,1%).

Kesimpulan: Kombinasi *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu pasca persalinan. Intervensi ini bekerja secara sinergis melalui penurunan stres, peningkatan relaksasi, serta stimulasi hormon oksitosin dan *prolaktin*.

Kata kunci: *Hypnobreastfeeding*, pijat oksitosin, produksi ASI, ibu pasca persalinan

Application of Hypnobreastfeeding and Oxytocin Massage to Increase Breast Production in Postpartum Mothers

Gintan Rantika¹, Menik²

¹Students of the Professional Education Study Program of Nurses Professional Program

Widya Husada University Semarang

²Lecturer of Professional Education Study Program Nurses Professional Program

Widya Husada University Semarang

Email: gintanrantika@gmail.com

ABSTRACT

Background: Breast milk production during the postpartum period is often not optimal due to psychological factors such as stress and anxiety that can inhibit the release of the hormone oxytocin. Hypnobreastfeeding and oxytocin massage are nonpharmacological interventions that can help increase breast milk production through psychological and physiological stimulation.

Objective: To determine the application of the combination of hypnobreastfeeding and oxytocin massage in increasing milk production in postpartum mothers.

Methods: This final scientific paper uses a type of descriptive research in the form of an in-depth case study. The subject of writing the final scientific paper is the subject in this case study consisting of 4 clients, namely postpartum mothers on the 1st – 7th day. The case study was conducted in Rw 04 Cihanjuang Village, on October 1-20, 2025. The instruments used in this case study were the standard operating procedure (SOP) of Hypnobreastfeeding and the standard operating procedure (SOP) of oxytocin massage. , observation sheets before and after hypnobreastfeeding and oxytocin massage. The presentation of data in this case study is that the data is presented textually and in a table.

Results: Results showed an increase in breast milk production in all respondents after the intervention. Average milk production increased from 55 ml/day on the first day to 85 ml/day on the second day, and 97.5 ml/day on the third day, with an average increase of 42.5 ml/day (97.1%).

Conclusion: The combination of hypnobreastfeeding and oxytocin massage effectively increased breast milk production in postpartum mothers. These interventions work synergistically through stress reduction, increased relaxation, and stimulation of the hormones oxytocin and prolactin.

Keywords: Hypnobreastfeeding, oxytocin massage, breast milk production, postpartum mothers