ABSTRAK

Tahun 2025 cakupan ASI Eksklusif di Indonesia sebesar 63,9% dengan kesenjangan cakupan di SKI sebesar 36%, angka tersebut belum mencapai target SDGs sebesar 80%. Penyebab rendahnya cakupan tersebut disebabkan oleh produksi ASI yang tidak optimal. Salah satu metode non-farmakologis yang dapat meningkatkan produksi ASI adalah pijat oksitosin, yang efektivitasnya dapat ditingkatkan dengan minyak sereh (*Cymbopogon citratus*) sebagai aromaterapi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pijat oksitosin menggunakan minyak sereh terhadap produksi ASI pada ibu nifas. Penelitian ini menggunakan desain *Quashi experiment* dengan pendekatan *pretest-posttest control group design*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* berjumlah 24 ibu nifas, dibagi menjadi dua kelompok: intervensi (pijat oksitosin dengan minyak sereh) dan kontrol (tanpa intervensi). Intervensi dilakukan selama 5 hari berturut-turut. Data dikumpulkan melalui observasi volume ASI menggunakan *breast pump manual*, serta kuesioner pendukung. Berdasarkan hasil uji *mann withney* menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata volume ASI yang signifikan pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol (p-value < 0,05). Ibu yang mendapat pijat oksitosin menggunakan minyak sereh mengalami peningkatan produksi ASI yang lebih tinggi dan merata, serta melaporkan peningkatan relaksasi dan kenyamanan. Dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin menggunakan minyak sereh efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Intervensi ini dapat direkomendasikan sebagai terapi komplementer yang sederhana, terjangkau, dan aman untuk mendukung keberhasilan program ASI eksklusif.

Kata kunci: Pijat Oksitosin, Minyak Sereh, Produksi ASI, Ibu Nifas

Abstract

In 2024, exclusive breastfeeding coverage in Indonesia was reported at 63.9%, with a gap of 36% in SKI, which had not yet reached the SDGs target of 80%. The low coverage was attributed to suboptimal milk production. One non-pharmacological method that could enhance milk production was oxytocin massage, the effectiveness of which could be improved with lemongrass oil (Cymbopogon citratus) as aromatherapy. This study aimed to determine the effectiveness of oxytocin massage using lemongrass oil on milk production in postpartum mothers.

The research employed a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group approach. The sampling technique used was purposive sampling, involving 24 postpartum mothers divided into two groups: the intervention group (oxytocin massage with lemongrass oil) and the control group (without intervention). The intervention was conducted for five consecutive days. Data were collected through observations of milk volume using a manual breast pump and supporting questionnaires.

Based on the results of the Mann-Whitney test, there was a significant increase in the average milk volume in the intervention group compared to the control group (p-value < 0.05). Mothers who received oxytocin massage with lemongrass oil experienced a more consistent increase in milk production and reported improved relaxation and comfort. It was concluded that oxytocin massage using lemongrass oil effectively increased milk production in postpartum mothers. This intervention could be recommended as a simple, affordable, and safe complementary therapy to support the success of the exclusive breastfeeding program.

Keywords: *Oxytocin Massage; Lemongrass Oil; Milk Production; Postpartum Mothers*