



PENDAMPINGAN ASUHAN KEBIDANAN KOMPLEMENTER MELALUI KOMPRES HANGAT DAN PIJAT OKSITOSIN PADA IBU POST SECTIO CAESAREA

Resty Putri Mulrosha¹, Detty Afriyanti S², Vitria Komala Sari³,
Derry Trisna Wahyuni S⁴

¹RSUP Dr. M. Djamil, Padang, Indonesia

²⁻³Universitas Fort De Kock, Bukittinggi, Indonesia

⁴Institut Kesehatan dan Teknologi Kartini Batam, Indonesia

*Penulis Korespondensi : afriyantidetty@gmail.com

Abstrak

Ibu pasca *sectio caesarea* sering mengalami hambatan menyusui akibat keterlambatan pengeluaran ASI serta faktor psikologis seperti nyeri, kecemasan, dan kelelahan yang dapat memengaruhi refleks oksitosin. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan memberikan pendampingan asuhan kebidanan komplementer melalui kompres hangat dan pijat oksitosin untuk mendukung keberhasilan menyusui serta meningkatkan kenyamanan ibu pasca *sectio caesarea*. Kegiatan dilaksanakan di RSUP Dr. M. Djamil Padang dengan melibatkan 20 ibu nifas post *sectio caesarea* beserta bidan, dosen, dan anggota keluarga sebagai sistem pendukung. Metode yang digunakan meliputi edukasi kesehatan, demonstrasi teknik, dan pendampingan langsung selama 2 hari perawatan pascapersalinan. Evaluasi dilakukan melalui observasi respon ibu, umpan balik peserta, dan pemantauan proses menyusui. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan kenyamanan dan relaksasi pada sebagian besar ibu, peningkatan kepercayaan diri dalam menyusui, serta pemahaman yang lebih baik terhadap teknik kompres hangat dan pijat oksitosin yang aman dan mudah diterapkan. Pendampingan ini juga mendorong keterlibatan keluarga dalam mendukung proses menyusui dan menciptakan lingkungan emosional yang lebih positif.

Kata kunci: kebidanan komplementer, kompres hangat, ibu post *sectio caesarea*, menyusui, pijat oksitosin.

Abstract

Mothers after cesarean section often experience breastfeeding difficulties due to delayed breast milk secretion as well as psychological factors such as pain, anxiety, and postpartum fatigue, which may affect the oxytocin reflex. This community service activity aimed to provide complementary midwifery care through warm compresses and oxytocin massage to support successful breastfeeding and improve maternal comfort among post-cesarean section mothers. The activity was conducted at RSUP Dr. M. Djamil Padang and involved 20 post-cesarean section postpartum mothers, along with midwives, lecturers, and family members as a support system. The methods included health education, technique demonstrations, and direct assistance during two days of postpartum care. Evaluation was carried out through observation of maternal responses, participant feedback, and monitoring of the breastfeeding process. The results showed increased comfort and relaxation among most mothers, improved breastfeeding confidence, and better understanding of warm compress and oxytocin massage techniques that are safe and easy to apply. This assistance

also encouraged greater family involvement in supporting breastfeeding and fostered a more positive emotional environment.

Keywords: *complementary midwifery care, warm compress, post-cesarean section mothers, breastfeeding, oxytocin massage.*

1. PENDAHULUAN

Persalinan melalui *sectio caesarea* merupakan prosedur obstetri yang cukup sering dilakukan atas indikasi medis tertentu. Meskipun bertujuan menyelamatkan ibu dan bayi, ibu pasca *sectio caesarea* sering menghadapi tantangan pada masa nifas awal, khususnya dalam proses menyusui. Nyeri luka operasi, keterbatasan mobilitasi, kelelahan, serta kecemasan pascapersalinan dapat menurunkan kenyamanan ibu dan menghambat refleks oksitosin yang berperan penting dalam pengeluaran ASI.

Keberhasilan menyusui tidak hanya dipengaruhi oleh faktor fisiologis, tetapi juga kondisi psikologis ibu. Stres dan ketegangan emosional diketahui dapat menghambat refleks oksitosin, sehingga dibutuhkan pendekatan asuhan yang tidak hanya berfokus pada aspek medis, tetapi juga memperhatikan kenyamanan dan kesejahteraan psikologis ibu. Asuhan kebidanan komplementer, seperti kompres hangat dan pijat oksitosin, merupakan intervensi sederhana yang dapat membantu relaksasi, meningkatkan kenyamanan, serta mendukung kelancaran menyusui.

Namun, penerapan asuhan kebidanan komplementer dalam praktik pelayanan kesehatan masih belum optimal. Pengetahuan ibu dan keluarga mengenai teknik yang benar dan aman masih terbatas, serta keterlibatan keluarga sebagai sistem pendukung sering kali belum dimaksimalkan. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pendampingan asuhan kebidanan komplementer melalui penerapan kompres hangat dan pijat oksitosin pada ibu post *sectio caesarea*, guna meningkatkan kenyamanan ibu, mendukung keberhasilan menyusui, serta memperkuat peran bidan dan keluarga selama masa nifas.

Kegiatan ini menekankan pendampingan langsung berbasis asuhan kebidanan komplementer yang belum rutin diterapkan secara sistematis pada ibu post *sectio caesarea* di layanan rujukan, dengan melibatkan bidan dan keluarga sebagai sistem pendukung.

2. BAHAN DAN METODE PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di RSUP Dr. M. Djamil Padang pada bulan November tahun 2025, dengan sasaran 20 ibu nifas post *sectio caesarea* yang berada pada masa perawatan awal pascapersalinan. Pelaksanaan kegiatan melibatkan dosen kebidanan, bidan ruangan, ibu nifas, serta anggota keluarga sebagai sistem pendukung dalam proses asuhan. Kegiatan ini telah memperoleh izin dari pihak rumah sakit, dan seluruh partisipan memberikan persetujuan secara lisan setelah mendapatkan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur kegiatan.

Pendekatan yang digunakan bersifat partisipatif dan edukatif, dengan menempatkan ibu sebagai subjek utama dalam proses pendampingan. Tahapan kegiatan diawali dengan edukasi kesehatan mengenai tantangan menyusui pada ibu post *sectio caesarea* serta pengenalan asuhan kebidanan komplementer. Edukasi disampaikan secara komunikatif dan interaktif, disesuaikan dengan kondisi ibu pascapersalinan. Selanjutnya dilakukan demonstrasi teknik kompres hangat dan pijat oksitosin oleh tenaga kesehatan, kemudian dilanjutkan dengan praktik langsung oleh ibu dan anggota keluarga dengan pendampingan bidan dan tim pengabdian.

Pendampingan dilakukan secara langsung selama 2 hari perawatan pascapersalinan, dengan durasi sekitar 30–45 menit setiap sesi, mencakup bimbingan mengenai posisi yang nyaman, tekanan pijatan yang aman, serta waktu dan frekuensi penerapan intervensi. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui observasi terstruktur terhadap beberapa indikator yang diamati, meliputi tingkat kenyamanan ibu, respon relaksasi, kepercayaan diri ibu dalam menyusui, serta kelancaran proses menyusui. Selain itu, umpan balik dari ibu dan keluarga dikumpulkan melalui diskusi singkat dan tanya jawab untuk menilai pemahaman, penerimaan, dan manfaat yang dirasakan dari penerapan kompres hangat dan pijat oksitosin. Metode pengabdian ini dirancang untuk mendorong keberlanjutan praktik asuhan kebidanan komplementer secara mandiri di rumah dengan dukungan keluarga dan pendampingan bidan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diikuti oleh 20 ibu nifas post *sectio caesarea* yang menjalani perawatan pascapersalinan di RSUP Dr.

M. Djamil Padang. Seluruh ibu mengikuti rangkaian kegiatan berupa edukasi, demonstrasi, dan pendampingan penerapan kompres hangat dan pijat oksitosin selama masa perawatan.

Hasil observasi menunjukkan bahwa 16 dari 20 ibu (80%) menyatakan merasa lebih nyaman dan rileks setelah penerapan kompres hangat dan pijat oksitosin. Sebanyak 15 ibu (75%) melaporkan penurunan rasa nyeri dan ketegangan tubuh, serta 17 ibu (85%) menyatakan lebih percaya diri dalam menyusui setelah mendapatkan pendampingan.

Dari aspek proses menyusui, 14 ibu (70%) melaporkan bahwa menyusui terasa lebih nyaman dan lancar dibandingkan sebelum pendampingan. Selain itu, keterlibatan keluarga meningkat, di mana sebagian besar suami atau anggota keluarga bersedia membantu penerapan kompres hangat dan pijat oksitosin selama masa nifas. Umpan balik dari ibu dan keluarga menunjukkan bahwa teknik yang diajarkan mudah dipahami, aman, dan memungkinkan untuk dilakukan secara mandiri di rumah.

PEMBAHASAN

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pendampingan asuhan kebidanan komplementer melalui kompres hangat dan pijat oksitosin memberikan dampak positif terhadap kenyamanan dan kesiapan ibu post *sectio caesarea* dalam menyusui. Peningkatan kenyamanan dan relaksasi yang dialami sebagian besar ibu menunjukkan bahwa intervensi sederhana ini relevan untuk diterapkan pada masa nifas awal.

Kompres hangat berperan dalam membantu relaksasi otot dan mengurangi rasa tidak nyaman akibat nyeri pascaoperasi, sehingga mendukung kondisi fisik ibu saat menyusui. Sementara itu, pijat oksitosin melalui sentuhan terapeutik tidak hanya berpotensi merangsang refleks oksitosin, tetapi juga memberikan efek psikologis berupa rasa tenang dan aman. Kombinasi kedua intervensi ini memperkuat pendekatan asuhan kebidanan yang holistik dan berpusat pada ibu.

Aspek psikologis ibu menjadi temuan penting dalam kegiatan ini. Peningkatan rasa percaya diri dan kenyamanan emosional sejalan dengan teori bahwa kondisi psikologis yang baik berperan

besar dalam keberhasilan menyusui. Selain itu, keterlibatan keluarga sebagai sistem pendukung turut menciptakan lingkungan emosional yang lebih kondusif, yang sangat dibutuhkan oleh ibu pascapersalinan, khususnya setelah persalinan melalui tindakan operasi.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menegaskan bahwa asuhan kebidanan komplementer melalui kompres hangat dan pijat oksitosin merupakan pendekatan yang aplikatif, mudah diterapkan, dan sesuai dengan kebutuhan ibu post *sectio caesarea*. Pendampingan yang melibatkan ibu, bidan, dan keluarga mampu mendukung kenyamanan fisik dan kesejahteraan psikologis ibu selama masa nifas.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pendampingan asuhan kebidanan komplementer dengan penerapan kompres hangat dan pijat oksitosin pada ibu post *sectio caesarea* dapat dilaksanakan dengan baik dan diterima secara positif oleh ibu dan keluarga. Pendampingan ini meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu dalam menerapkan intervensi yang aman, sederhana, dan mudah dilakukan, serta berkontribusi pada peningkatan kenyamanan fisik dan kesejahteraan psikologis ibu selama masa nifas. Keterlibatan keluarga sebagai sistem pendukung turut memperkuat rasa aman dan kepercayaan diri ibu dalam proses menyusui.

Disarankan agar asuhan kebidanan komplementer ini dapat diintegrasikan secara berkelanjutan dalam pelayanan kebidanan, khususnya pada perawatan ibu nifas post *sectio caesarea*. Bidan diharapkan terus memberikan edukasi dan pendampingan kepada ibu dan keluarga agar intervensi dapat diterapkan secara mandiri di rumah. Kegiatan pengabdian selanjutnya dapat dikembangkan dengan cakupan sasaran yang lebih luas dan pemantauan berkelanjutan untuk memperkuat dampak program.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung dan berpartisipasi dalam pelaksanaan kegiatan

pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih disampaikan kepada pimpinan dan manajemen RSUP Dr. M. Djamil Padang yang telah memberikan izin serta fasilitas sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik.

Apresiasi juga disampaikan kepada para bidan dan tenaga kesehatan yang telah berperan aktif dalam pendampingan dan pelaksanaan asuhan kebidanan komplementer. Ucapan terima kasih khusus diberikan kepada para ibu post sectio caesarea dan anggota keluarga yang telah bersedia menjadi peserta dan terlibat secara aktif dalam kegiatan ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Universitas Fort De Kock serta Universitas Aisyah Pringsewu atas dukungan akademik dan fasilitas yang diberikan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat nyata dan berkelanjutan bagi peningkatan kualitas pelayanan kebidanan yang holistik dan berpusat pada ibu. Pendampingan asuhan kebidanan komplementer ini memiliki potensi untuk direplikasi sebagai model pelayanan pada ibu nifas post sectio caesarea di fasilitas pelayanan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Field, T. (2014). Massage therapy research review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 20(4), 224–229. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2014.07.002>
- Jonas, W., Nissen, E., Ransjö-Arvidson, A. B., Wiklund, I., & Uvnäs-Moberg, K. (2009). Short- and long-term decrease of blood pressure in women during breastfeeding. *Breastfeeding Medicine*, 4(1), 29–34. <https://doi.org/10.1089/bfm.2008.0006>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman pelayanan kebidanan pada masa nifas*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman manajemen laktasi*. Kementerian Kesehatan RI.
- McAndrew, F., Thompson, J., Fellows, L., Large, A., Speed, M., & Renfrew, M. J. (2012). *Infant feeding survey 2010*. Health and Social Care Information Centre.
- Roesli, U. (2018). *Inisiasi menyusui dini plus ASI eksklusif*. Pustaka Bunda.
- Sari, R., & Handayani, S. (2021). Pendampingan pijat oksitosin sebagai upaya meningkatkan kenyamanan ibu nifas dalam proses menyusui. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 123–129.
- Silaban, M. A., Sinaga, E. D., Manjorang, N. A., Rachmat, A., Saragi, H., & Aisyah, S. (2025). Pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu bersalin di Klinik Afisyah. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan dan Kebidanan*, 3(1), 167–173. <https://doi.org/10.61132/corona.v3i1.1115>
- Sudani, N. L. S., Mahayati, N. M. D., & Astiti, N. K. E. (2025). Pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu post partus: A literature review. *Maternity and Neonatal: Jurnal Kebidanan*, 13(2), 290–298. <https://doi.org/10.30606/jmn.v13i2.392>
- Uvnäs-Moberg, K., Ekström-Bergström, A., Buckley, S., Massarotti, C., Pajalic, Z., Luegmair, K., & Kotlowska, A. (2020). Maternal plasma levels of oxytocin during breastfeeding: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 11, Article 224. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00224>
- World Health Organization. (2017). *Guideline: Protecting, promoting and supporting breastfeeding in facilities providing maternity and newborn services*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2020). *WHO recommendations on maternal and newborn care for a positive postnatal experience*. World Health Organization.
- Yanti, N. D., & Suryani, D. (2019). Pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum. *Jurnal Kebidanan*, 9(2), 112–118.