

Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri pada Ibu Nifas di Puskesmas Pegandon Kabupaten Kendal

Shinta Ayu Nani¹, Shinta Ika Sandhi², Desi Wijayanti Eko Dewi³

^{1,2,3} Prodi DIII Kebidanan Universitas Bhakti Kencana, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Shinta Ayu Nani

E-mail: shinta.ayu@bku.ac.id

Abstrak

Pada periode pasca persalinan, tubuh ibu mengalami serangkaian perubahan fisiologis untuk memfasilitasi pemulihan dan adaptasi terhadap kondisi pra-kehamilan. Salah satu aspek penting dari proses ini adalah involusi uterus. Pijat oksitosin dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin yang membantu kontraksi otot rahim dan mempercepat terjadinya proses involusi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah pemberian pijat oksitosin dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu nifas di Puskesmas Pegandon, Kabupaten Kendal. Penelitian ini merupakan jenis penelitian quasi eksperimen dengan rancangan posttest only design with control group, melibatkan total 30 ibu nifas yang dipilih melalui purposive sampling. Pengumpulan data dengan melakukan pemijatan oksitosin dan pengukuran tinggi fundus uteri secara langsung pada hari ke 1, 3, 5 dan 7 masa nifas. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Shapiro Wilk untuk normalitas data, uji Levene untuk homogenitas, uji beda Independen sample t test dan uji Man Whitney untuk menguji hipotesis. Hasil uji beda independent sample t test diperoleh nilai sig (2-tailed) 0,828 dan 0,599 > 0,05 sedangkan uji man whitney diperoleh nilai sig (2-tailed) 0,949 dan 0,594 > 0,05 berarti pemberian pijat oksitosin tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu nifas.

Kata kunci - Pijat Oksitosin, Tinggi Fundus Uteri, Ibu Nifas

Abstract

In the postnatal period, the mother's body undergoes a series of physiological changes to facilitate recovery and adaptation to pre-pregnancy conditions. One important aspect of this process is uterine involution. Oxytocin massage is performed to stimulate the oxytocin reflex which helps uterine muscle contractions and speeds up the involution process. This study aims to determine whether giving oxytocin massage can make a significant contribution to reducing the height of the uterine fundus in postpartum mothers at the Pegandon Community Health Center, Kendal Regency. This research is a type of quasi-experimental research with a posttest only design with control group, involving a total of 30 postpartum mothers selected through purposive sampling. Data were collected by carrying out oxytocin massage and measuring the height of the uterine fundus directly on days 1, 3, 5 and 7 of the postpartum period. Data analysis was carried out using the Shapiro Wilk test for data normality, the Levene test for homogeneity, the independent sample t test and the Man Whitney test to test the hypothesis. The results of the independent sample t test obtained sig (2-tailed) values of 0.828 and 0.599 > 0.05, while the Man Whitney test obtained sig (2-tailed) values of 0.949 and 0.594 > 0.05, meaning that giving oxytocin massage did not have a significant effect. on a decrease in uterine fundal height in postpartum mothers.

Keywords - Oxytocin Massage, Uterine Fundus Height, Postpartum Mother

PENDAHULUAN

Pada periode pasca persalinan, tubuh ibu mengalami serangkaian perubahan fisiologis untuk memfasilitasi pemulihan dan adaptasi terhadap kondisi pra-kehamilan. Salah satu aspek penting dari proses ini adalah involusi uterus, yaitu proses kembalinya uterus ke dalam keadaan sebelum hamil setelah melahirkan. Proses ini dimulai segera setelah plasenta keluar akibat kontraksi otot-otot polos uterus. Fundus kira-kira turun 1-2 cm setiap 24 jam. (Rini & Dewi, 2017) Involusi uterus yang optimal menjadi krusial dalam mencegah komplikasi pasca persalinan dan memastikan kesejahteraan ibu nifas.

Oksitosin, hormon pelepasan dari kelenjar hipofisis posterior, telah diidentifikasi sebagai regulator utama kontraksi uterus dan pemulihan pasca persalinan. Secara alami diproduksi selama proses persalinan, oksitosin merangsang kontraksi otot rahim, membantu mengurangi tinggi fundus uteri, dan mempercepat involusi. Namun, faktor-faktor seperti kelelahan, stres, dan ketegangan emosional dapat menghambat produksi oksitosin dan mempengaruhi efisiensi involusi uterus.

Pijat sebagai metode non-farmakologis yang telah lama digunakan dalam praktek kesehatan tradisional, memiliki potensi untuk memfasilitasi proses involusi uterus. Pijatan yang dilakukan dengan penuh kehati-hatian dan pemahaman akan anatomi tubuh dapat merangsang aliran darah ke rahim, merelaksasi otot-otot, dan meningkatkan respons tubuh terhadap oksitosin endogen. Pijat oksitosin sebagai suatu intervensi dapat menjadi alternatif yang menarik untuk memfasilitasi penurunan tinggi fundus uteri pada ibu nifas.

Pijat oksitosin dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau *let down reflex*. Hormon ini akan menstimuli otot polos dalam uterus saat persalinan maupun nifas. Banyak penelitian membuktikan bahwa pijat oksitosin berpengaruh dalam proses involusi uterus, sehingga dapat mencegah risiko perdarahan postpartum. Penelitian yang dilakukan oleh Anggita (2017) didapatkan hasil ada pengaruh pijat stimulasi oksitosin terhadap involusi uterus pada ibu masa nifas di BPM wilayah kerja Puskesmas Terisi Kabupaten Indramayu Tahun 2016 melalui uji statistik *Chi-Square* dengan nilai $p < 0,05$. (Anggita, 2017) Penelitian lain yang dilakukan oleh Aisyah (2018) didapatkan hasil ada pengaruh pijat oksitosin dengan proses involusi uterus dengan $p \text{ value } 0,000 < 0,05$. (Aisyah et al., 2018)

Manfaat pijat oksitosin diantaranya membantu ibu secara psikologi, memberikan ketenangan, mengurangi stress dan memberikan kenyamanan, meningkatkan rasa percaya diri, berpikir positif akan kemampuan diri dalam memberikan ASI, memperlancar pengeluaran ASI. (Tauho & dkk, 2022) Mempercepat terjadinya proses involusi uterus dimana efek fisiologis dari pijat oksitosin ini adalah merangsang kontraksi otot polos uterus baik pada proses saat persalinan maupun setelah persalinan. Untuk pencegahan perdarahan ibu pasca melahirkan dapat dilakukan semenjak persalinan kala tiga dan empat sampai dengan hari ke sepuluh dengan pemijatan yang merangsang keluarnya hormon oksitosin sehingga terjadi proses involusi (Lun, et al, 2002 dalam European Journal of Neuroscience, bahwa perawatan pemijatan berulang bisa meningkatkan produksi hormon oksitosin. Efek dari pijat oksitosin itu sendiri bisa dilihat reaksinya setelah 6-12 jam pemijatan (Lun, et al, 2002). (Girsang & dkk, 2023)

Puskesmas Pegandon, Kabupaten Kendal, merupakan pusat pelayanan kesehatan masyarakat yang memberikan perawatan pascapersalinan kepada ibu nifas. Oleh karena itu, penting untuk mengevaluasi potensi pengaruh pijat oksitosin terhadap penurunan tinggi fundus uteri di lingkungan pelayanan kesehatan ini.

Dalam konteks tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah pemberian pijat oksitosin dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu nifas di Puskesmas Pegandon, Kabupaten Kendal. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pendekatan perawatan yang lebih holistik dan efektif bagi ibu nifas, meningkatkan kualitas pemulihan pasca persalinan, serta memberikan kontribusi terhadap perkembangan praktik klinis di tingkat pelayanan kesehatan masyarakat.

TINJAUAN PUSTAKA

Pengertian Masa Nifas

Masa nifas merupakan periode yang akan dilalui oleh ibu setelah masa persalinan, yang dimulai dari setelah kelahiran bayi dan plasenta, yakni setelah berakhirnya kala IV dalam persalinan dan berakhir sampai dengan 6 minggu (42 hari) yang ditandai dengan berhentinya perdarahan.

Tujuan Asuhan Masa Nifas

1. Meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikologi ibu dan bayi
2. Pencegahan, diagnose dini dan pengobatan komplikasi pada ibu nifas
3. Merujuk ibu ke tenaga ahli jika diperlukan
4. Mendukung dan meningkatkan keyakinan ibu serta memungkinkan ibu untuk mampu melaksanakan perannya dalam situasi keluarga dan budaya khusus.
5. Imunisasi ibu terhadap tetanus
6. Mendorong pelaksanaan metode yang sehat tentang pemberian makan anak, serta peningkatan pengembangan hubungan yang baik antara ibu dan anak

Peran dan tanggung jawab bidan dalam masa nifas

1. Teman terdekat sekaligus pendamping ibu nifas dalam menghadapi saat-saat kritis masa nifas.
2. Pendidik dalam usaha pemberian Pendidikan Kesehatan terhadap ibu dan keluarga.
3. Pelaksana asuhan kepada pasien dalam hal tindakan perawatan, pemantauan, penanganan masalah, rujukan dan deteksi dini komplikasi masa nifas.(Azizah & Rosidah, 2019)

Tahapan masa nifas

1. Periode *immediate postpartum* yaitu masa segera setelah plasenta lahir sampai dengan 24 jam, merupakan fase kritis, sering terjadi perdarahan postpartum karena atonia uteri, bidan perlu melakukan pemantauan secara berkesinambungan meliputi kontraksi uterus, pengeluaran lochea, kandung kemih, tekanan darah dan suhu.
2. Periode *early postpartum* (lebih dari 24 jam-1 minggu), pada fase ini bidan memastikan involusi uteri dalam keadaan normal, tidak ada perdarahan, lochia tidak berbau busuk, tidak demam, ibu cukup mendapatkan makanan dan cairan, serta ibu dapat menyusui dengan baik.
3. Periode *late postpartum* (lebih dari 1 minggu-6 minggu), pada periode ini bidan tetap melakukan asuhan dan pemeriksaan sehari-hari serta konseling perencanaan KB.
4. *Remote puerperium* adalah waktu yang diperlukan untuk pulih dan sehat terutama bila selama hamil atau bersalin memiliki penyulit dan komplikasi.(Kaparang & Danaz, 2023)

Involusi Uteri

Involusi uteri adalah kembalinya uterus pada ukuran, tonus dan posisi sebelum hamil. Adapun mengenai proses terjadinya involusi dapat digambarkan sebagai berikut (Medforth, Battersby, Evans, Marsh, & Walker, 2002).

1. Iskemia: otot uterus berkontraksi dan beretraksi, membatasi aliran darah di dalam uterus.
2. Fagositosis: jaringan elastik dan fibrosa yang sangat banyak dipecahkan.
3. Autolisis: serabut otot dicerna oleh enzim-enzim proteolitik (lisosim).
4. Semua produk sisa masuk ke dalam aliran darah dan dikeluarkan melalui ginjal.
5. Lapisan desidua uterus terkikis dalam pengeluaran darah pervaginam dan endometrium yang baru mulai terbentuk dari sekitar 10 hari setelah kelahiran dan selesai pada minggu ke 6 pada akhir masa nifas.
6. Ukuran uterus berkurang dari 15 cm x 11 cm x 7,5 cm menjadi 7,5 cm x 5 cm x 2,5 cm pada minggu keenam.
7. Berat uterus berkurang dari 1000gram sesaat setelah lahir, menjadi 60gram pada minggu ke-6.
8. Kecepatan involusi: terjadi penurunan bertahap sebesar 1 cm/hari. Di hari pertama, uteri berada 12 cm di atas simfisis pubis dan pada hari ke-7 sekitar 5 cm di atas simfisis pubis. Pada hari ke-10, uterus hampir tidak dapat dipalpasi atau bahkan tidak terpalpasi.

9. Involusi akan lebih lambat setelah seksio sesaria.
10. Involusi akan lebih lambat bila terdapat retensi jaringan plasenta atau bekuan darah terutama jika dikaitkan dengan infeksi. (Wahyuningsih, 2018)

Tabel 1.
Involusi Uteri

Waktu	Tinggi Fundus Uteri	Berat	Diameter	Palpasi Serviks
Bayi lahir	Setinggi pusat	1000 gram	12,5 cm	Lunak
Plasenta lahir	2 jari bawah pusat	750gram	12,5 cm	Lunak
7 hari	Pertengahan pusat-simpisis	500gram	7,5 cm	2 cm
14 hari	Tidak teraba diatas simpisis	300gram	5 cm	1 cm
6 minggu	Bertambah kecil	60gram	2,5 cm	Menyempit

Sumber : (Khasanah & Sulistyawati, 2017)

Pada saat bayi lahir tinggi fundus uteri setinggi pusat, kemudian mengalami penyusutan antara 1-1,5 cm atau sekitar 1 jari per hari. Dalam 10-12 hari uterus tidak teraba lagi di abdomen karena sudah masuk di bawah simpisis.

Hormon Oksitosin

Hormon Oksitosin disekresikan dari kelenjar hipofisis posterior. Pada tahap kala III persalinan, hormon oksitosin berperan dalam pelepasan plasenta dan mempertahankan kontraksi, sehingga mencegah perdarahan. Isapan bayi dapat merangsang produksi ASI dan meningkatkan sekresi oksitosin, sehingga dapat membantu uterus kembali ke bentuk normal. (Wahyuningsih, 2018)

Pengertian Pijat Oksitosin

Pijat oksitosin merupakan teknik pemijatan sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang tulang rusuk (*costae*) kelima-keenam, serta usaha merangsang hormon prolaktin dan oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI. (Mintaningtyas & Isnaini, 2022) Pijat oksitosin adalah tindakan yang dilakukan pada ibu menyusui yang berupa "*back massage*" pada punggung ibu dengan tujuan akan memberikan kenyamanan pada ibu sehingga akan memberikan kenyamanan pada bayi yang disusui. Pijat oksitosin merangsang produksi oksitosin oleh kelenjar hipofise posterior (*neurohipofisse*). (Anggraeni & dkk, 2024). Diharapkan dengan dilakukan pemijatan ini, ibu akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan hilang. Jika ibu rileks dan tidak kelelahan setelah melahirkan dapat membantu merangsang pengeluaran hormon oksitosin.

Manfaat Pijat Oksitosin

1. Meningkatkan ASI
2. Memperlancar ASI
3. Membantu ibu secara psikologis, menenangkan dan tidak stress
4. Meningkatkan rasa percaya diri
5. Membantu ibu agar mempunyai pikiran dan pikiran baik tentang bayinya. (Rahayu, 2016)

Pemicu dan Penghambat Munculnya Oksitosin

Pemicu: Ibu yang merasa puas, bahagia, percaya diri bisa memberikan ASI pada bayinya, memikirkan bayi dengan penuh kasih sayang dan perasaan positif lainnya akan membuat reflek oksitosin bekerja. Sensasi menggendong, menyentuh, mencium, menatap atau mendengar bayinya menangis juga dapat membantu reflex oksitosin.

Penghambat: Perasaan negatif, kesakitan, khawatir, ragu-ragu, kecewa, stress dalam keadaan darurat akan menghambat reflex oksitosin juga mengakibatkan pancaran ASInya berhenti. (Rahayu, 2016)

Waktu Pemijatan

Pijat oksitosin dapat dilakukan 2 kali setiap pagi dan sore dengan durasi 3 menit. Pemijatan dapat dibantu suami, keluarga, bidan atau tenaga Kesehatan lainnya.(Firrahmawati & Winarni, 2020). Pijat oksitosin lebih efektif dilakukan sebanyak dua kali sehari yaitu pagi dan sore hari dan lebih efektif dipadukan dengan perawatan payudara. (Mintaningtyas & Isnaini, 2022)

Cara Pemijatan Oksitosin

1. Mengatur ibu dalam posisi duduk dengan kepala bersandar tangan yang dilipat ke depan. Letakkan tangan yang dilipat pada meja yang ada di depannya, dengan posisi tersebut diharapkan bagian tulang belakang menjadi lebih mudah dilakukan pemijatan
2. Lumuri kedua telapak tangan dengan minyak pijat, kemudian kepalkan kedua tangan dengan ibu jari menunjuk ke depan dimulai dari bagian tulang yang menonjol di tengkuk.
3. Turun sedikit ke bawah kira-kira dua ruas jari dan geser ke kanan ke kiri, setiap kepalan tangankitar dua ruas jari, dengan menggunakan kedua ibu jari, mulailah memijat membentuk Gerakan melingkar kecil menuju tulang belikat atau daerah di bagian batas bawah bra ibu.
4. Pemijatan dilakukan selama 5 hari berturut-turut setipa pagi dan sore dengan durasi 3 menit. (Firrahmawati & Winarni, 2020)

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *quasi eksperimen* dengan rancangan *posttest only design with control group*, melibatkan total 30 ibu nifas yang dipilih melalui *purposive sampling*. Responden dibagi menjadi dua kelompok: satu kelompok menerima pijat oksitosin, sedangkan kelompok lainnya tidak. Peneliti melakukan pijat oksitosin dan mengukur tinggi fundus pada kelompok perlakuan dari hari pertama hingga hari ketujuh pascapersalinan dan mengukur tinggi fundus pada kelompok kontrol pada hari 1, 3, 5, 7 pascapersalinan. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Shapiro Wilk untuk normalitas data, uji Levene untuk homogenitas, uji beda Independen sample t test dan uji Man Whitney untuk menguji hipotesis. Lokasi penelitian di Puskesmas Pegandon Kabupaten Kendal. Instrumen penelitian adalah perlengkapan pijat oksitosin, lembar observasi dan metline.

PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Data karakteristik responden sebagai berikut:

Tabel 2.

Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Kelompok			
	Intervensi		Kontrol	
	F	%	F	%
Usia				
< 20 tahun	0	0	0	0
20 – 35 tahun	13	86,7	9	60
> 35 tahun	2	13,3	6	40
Total	15	100	15	100
Pendidikan				
Tingkat Dasar	0	0	2	13,3
Tingkat Menengah	12	80	13	86,7
Tingkat Atas	3	20	0	0
Total	15	100	15	100
Paritas				

Primipara	5	33,3	5	33,3
Multipara	10	66,7	10	66,7
Total	15	100	15	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui karakteristik responden dilihat dari usia ibu pada kelompok intervensi mayoritas usia 20-35 tahun sebanyak 13 responden (86,7%) dan pada kelompok kontrol mayoritas usia 20-35 tahun sebanyak 9 responden (60%). Adapun pendidikan responden pada kelompok intervensi mayoritas tingkat menengah sebanyak 12 responden (80%) dan kelompok kontrol mayoritas tingkat menengah sebanyak 13 responden (86,7%). Sedangkan paritas responden pada kelompok intervensi dan kontrol mayoritas sama multipara masing-masing sebanyak 10 responden (66,7%).

Tabel 3.
Rata-rata Perhari ke 1, 3, 5, 7 Penurunan Tinggi Fundus Uteri pada Kelompok Intervensi Pijat Oksitosin dan Kelompok Kontrol

Kelompok	Hari ke-			
	1	3	5	7
Pijat Oksitosin	16,4	13,8	12,3	10,5
Kontrol	16,5	14	12,5	10,7

Tabel 3 menggambarkan rata-rata perhari 1 penurunan tinggi fundus uteri pada kelompok intervensi adalah 16,4 cm sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 16,5 cm, rata-rata perhari ke-3 penurunan tinggi fundus uteri pada kelompok intervensi adalah 13,8 cm sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 14 cm, rata-rata perhari ke-5 penurunan tinggi fundus uteri pada kelompok intervensi adalah 12,3 cm sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 12,5 cm, rata-rata perhari ke-7 penurunan tinggi fundus uteri pada kelompok intervensi adalah 10,5 cm sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 10,7 cm.

Tabel 4.
Uji Statistik pada Kelompok Intervensi Pijat Oksitosin dan Kelompok Kontrol

Jenis Uji	Sig. Hari ke-			
	1	3	5	7
Uji Normalitas				
Pijat Oksitosin	0,458	0,008	0,037	0,666
Kontrol	0,175	0,071	0,437	0,092
Uji Homogenitas	0,060	-	-	0,861
Uji t Test	0,828	-	-	0,599
Uji Man Whitney	-	0,949	0,594	-

Tabel 4 menampilkan hasil uji normalitas dan homogenitas pada kelompok intervensi dan kontrol hari ke 1 dan hari ke 7 diperoleh nilai Sig > 0,05 menunjukkan data berdistribusi normal dan homogen, sedangkan pada hari ke 3 dan hari ke 5 diperoleh data pijat oksitosin < 0,05 menunjukkan data berdistribusi tidak normal. Untuk data berdistribusi normal dan homogen selanjutnya dilakukan uji beda independent sample t test sedangkan data yang berdistribusi tidak normal dilakukan uji man whitney. Hasil uji beda independent sample t test dan uji man whitney diperoleh nilai sig (2-tailed) > 0,05 berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pengukuran tinggi fundus uteri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol atau pemberian pijat oksitosin tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu nifas.

Pembahasan

Mayoritas responden dalam kedua kelompok berusia 20-35 tahun, yaitu sebanyak 86,7% pada kelompok intervensi dan 60% pada kelompok kontrol. Usia ini termasuk dalam kategori usia reproduktif sehat, yang umumnya berhubungan dengan kemampuan tubuh untuk pulih lebih cepat setelah persalinan, termasuk dalam proses involusi uterus. Namun, meskipun mayoritas responden berada dalam kelompok usia yang sama, hasil penelitian tidak menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam penurunan TFU. Hal ini menunjukkan bahwa faktor usia, tidak cukup kuat mempengaruhi hasil jika dibandingkan dengan faktor-faktor lain seperti teknik dan frekuensi pijatan.

Paritas atau jumlah persalinan sebelumnya juga merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi laju involusi uterus. Dalam penelitian ini, mayoritas responden pada kedua kelompok adalah multipara (telah melahirkan lebih dari satu kali), yaitu 66,7% pada masing-masing kelompok. Uterus pada ibu multipara cenderung lebih lambat kembali ke ukuran normal dibandingkan dengan primipara (ibu yang baru pertama kali melahirkan). Namun, karena distribusi paritas antara kelompok intervensi dan kontrol hampir sama, faktor ini dapat dianggap relatif terkendali. Meski begitu, karakteristik ini mungkin mempengaruhi mengapa pijat oksitosin tidak memberikan efek yang signifikan, karena uterus pada ibu multipara memang memerlukan waktu yang lebih lama untuk mengalami involusi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata penurunan tinggi fundus uteri (TFU) per hari pada kelompok intervensi dan kontrol cukup konsisten. Namun, perbedaan antara kedua kelompok tidak signifikan, rata-rata penurunan TFU pada kelompok intervensi (yang diberikan pijat oksitosin) sedikit lebih rendah dibandingkan kelompok kontrol. Secara teori, oksitosin adalah hormon yang berperan dalam kontraksi uterus, membantu proses involusi pasca persalinan. (Wahyuningsih, 2018)

Pijat oksitosin bertujuan untuk merangsang pelepasan hormon oksitosin secara alami melalui stimulasi pada area sepanjang tulang belakang, sampai tulang rusuk kelima-keenam. (Mintaningtyas & Isnaini, 2022) Stimulasi ini seharusnya mempercepat proses kontraksi uterus dan menurunkan tinggi fundus uteri. Namun, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa efek pijat oksitosin terhadap penurunan TFU tidak terlalu berbeda dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak menerima pijatan. Hal ini mungkin disebabkan oleh beberapa faktor, seperti teknik, frekuensi, durasi dan standarisasi pemijatan yang belum optimal sesuai dengan standar teori. Selain itu, faktor individual seperti kondisi fisik dan psikologis ibu nifas juga dapat mempengaruhi respons terhadap pijatan oksitosin.

Pada penelitian ini pemijatan oksitosin pada ibu nifas dilakukan selama 7 hari berturut-turut, pemijatan dilakukan sekali sehari selama kurang lebih sepuluh menit pada siang atau sore hari, kemudian dilakukan pemeriksaan tinggi fundus uteri pada hari ke 1, 3, 5 dan 7. Menurut teori pijat oksitosin dapat dilakukan 2 kali setiap pagi dan sore dengan durasi 3 menit. (Firrahmawati & Winarni, 2020) Berdasarkan teori tersebut, frekuensi yang diterapkan dalam penelitian ini mungkin belum cukup untuk menghasilkan pelepasan oksitosin yang optimal. Hal ini bisa menjadi alasan mengapa tidak ada perbedaan signifikan dalam penurunan tinggi fundus uteri antara kelompok intervensi dan kontrol.

Hasil penelitian Aisyah (2018) dimana involusi uterus pada ibu postpartum yang diberikan pijat oksitosin memiliki rerata 3,19 jari dibawah pusat, sedangkan pada ibu postpartum yang tidak diberikan pijat oksitosin memiliki rerata 1,75 jari di bawah pusat. Ada pengaruh pijat oksitosin dengan proses involusi uterus dengan p value $0,000 < 0,05$. (Aisyah et al., 2018) menunjukkan bahwa pijat oksitosin dapat membantu dalam mempercepat involusi uterus dan menurunkan TFU. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Anggita (2017) dimana ada pengaruh pijat stimulasi oksitosin terhadap involusi uterus pada ibu masa nifas di BPM wilayah kerja Puskesmas Terisi Kabupaten Indramayu Tahun 2016 melalui uji statistik *Chi-Square* dengan nilai $p < 0,05$. (Anggita, 2017) Walaupun hasil penelitian ini tidak sejalan dengan temuan-temuan tersebut namun hasil penelitian ini sejalan dengan

penelitian Safrina (2016) dimana tidak ada perbedaan involusi uterus pada kedua perlakuan yaitu pijat oksitosin dan pijat payudara dengan nilai p value $0,539 > 0,05$. (Safrina, 2016)

Meskipun terdapat sedikit perbedaan dalam penurunan TFU antara kedua kelompok, hasil yang tidak signifikan ini menunjukkan bahwa pemberian pijat oksitosin dalam kondisi dan durasi tertentu tidak secara otomatis menghasilkan penurunan TFU yang lebih cepat. Teori mendukung bahwa oksitosin dapat mempercepat kontraksi uterus, tetapi dalam praktiknya, hal tersebut sangat bergantung pada bagaimana intervensi dilakukan. Selain itu, dalam penelitian ini mungkin ada faktor-faktor pengganggu (*confounding factors*) yang tidak terkontrol, seperti riwayat persalinan, kondisi medis tertentu, atau penggunaan obat-obatan yang dapat mempengaruhi proses involusi uterus. Hal ini dapat berkontribusi pada tidak adanya perbedaan signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin tidak memberikan kontribusi yang signifikan terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu nifas. Meskipun secara statistik tidak terdapat perbedaan yang signifikan, penelitian ini memberikan wawasan penting bagi pengembangan pendekatan perawatan yang lebih holistik dan efektif bagi ibu nifas. Hasil ini menunjukkan bahwa selain teknik pijat, faktor lain seperti frekuensi, durasi, dan standarisasi pelaksanaan pijat oksitosin perlu diperhatikan agar hasil yang lebih optimal dapat dicapai. Penelitian ini juga memberikan dasar bagi pengembangan praktik klinis di pelayanan kesehatan masyarakat, dengan fokus pada pentingnya penerapan intervensi yang konsisten dan sesuai standar, serta perlunya pendekatan yang mempertimbangkan kondisi individual ibu nifas. Peluang penelitian lanjutan dapat mengeksplorasi variasi teknik, frekuensi, durasi, dan standarisasi pemijatan untuk menentukan kombinasi yang paling efektif dalam mempercepat penurunan tinggi fundus uteri.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, V. S., Sastri, I. G. A. M. W., & Aziza, N. (2018). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Involusi Uterus pada Ibu Postpartum. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*; Vol 13, No 2 (2017): *Jurnal Keperawatan*; 168-172 ; *Jurnal Keperawatan*; Vol 13, No 2 (2017): *Jurnal Keperawatan*; 168-172 ; 2655-2310 ; 1907-0357 ; 10.26630/Jkep.V13i2. <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKEP/article/view/925>
- Anggita, I. (2017). PENGARUH PIJAT STIMULASI OKSITOSIN TERHADAP INVOLUSI UTERUS PADA IBU MASA NIFAS DENGAN PERSALINAN NORMAL DI BIDAN PRAKTIK MANDIRI (BPM) WILAYAH KERJA PUSKESMAS TERISI KABUPATEN INDRAMAYU TAHUN. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 5(2), 1.
- Anggraeni, N., & dkk. (2024). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Komplementer*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Azizah, N., & Rosidah, R. (2019). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. UMSIDA.
- Firrahmawati, L., & Winarni. (2020). *Pijat Oksitosin dengan Muroltal Alqur'an Untuk Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Nifas*. Universitas Aisyiyah Surakarta.
- Girsang, B. M., & dkk. (2023). *Evidence Based Practice Periode Nifas*. Deepublish Digital.
- Kaparang, M. J., & Danaz, A. F. (2023). *Bunga Rampai Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. PT. MEDIA PUSTAKA INDO.
- Khasanah, N. A., & Sulistyawati, W. (2017). *Asuhan Nifas dan Menyusui*. CV Kekata Group.
- Mintaningtyas, S. I., & Isnaini, Y. S. (2022). *Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi ASI Eksklusif*. PT. Nasya Expanding Management.
- Rahayu, A. P. (2016). *Panduan Praktikum Keperawatan Maternitas*. Deepublish.
- Rini, S., & Dewi, F. K. (2017). *Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based*. Deepublish.

- Safrina, S. (2016). PERBEDAAN EFEKTIVITAS ANTARA PIJAT OKSITOSIN DAN PIJAT PAYUDARA TERHADAP INVOLUSI UTERI PADA IBU POST PARTUM DI BPM KOTA PEMATANGSIANTAR TAHUN 2015. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, Vol 7, Iss 1 (2016). <https://doaj.org/article/b10e913229a84bebb30809533ed7ce71>
- Tauho, K. D., & dkk. (2022). *Modul Pelatihan Asuhan Laktasi*. CV Feniks Muda Sejahtera.
- Wahyuningsih, H. P. (2018). *Bahan Ajar Kebidanan Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.