



**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG PIJAT
OKSITOSIN DI DESA BRANJANG TAHUN 2020**

ARTIKEL

Oleh
ASRI AINUN HABIBIE
NIM : 152191078

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
TAHUN 2021

HALAMAN PENGESAHAN

Artikel berjudul :

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG PIJAT
OKSITOSIN DI DESA BRANJANG TAHUN 2020**

Disusun Oleh :

ASRI AINUN HABIBIE

NIM.152191078

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah Disetujui Dan Disahkan Oleh Pembimbing Skripsi, Program Studi
Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Ungaran, 9 Maret 2021

Pembimbing



Puji Lestari , S.SiT.,M.Kes

NIDN.0606048902

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG PIJAT OKSITOSIN DI DESA BRANJANG TAHUN 2020

Asri Ainun Habibie¹, Puji Lestari²

¹Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo

²Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo

Email : asriainunh@gmail.com , Puji0604@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Menurut data profil kesehatan Indonesia 2016 tentang cakupan ASI eksklusif secara nasional pada bayi 0 – 5 bulan sebesar 54,0% dan bayi sampai usia enam bulan adalah sebesar 29,5%. Sedangkan di Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang Tahun 2014 Cakupan bayi yang di beri ASI eksklusif di Kabupaten Semarang Tahun 2014 sebesar 21,3% menurun bila dibandingkan Tahun 2013 sebanyak 36,29%. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan banyak ibu nifas menjawab tidak mengetahui tentang pijat oksitosin.

Tujuan : Untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu nifas tentang pijat oksitosin di desa branjang.

Metode : Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu nifas di pada 2 januari 2021 sehingga pengambilan sampel dengan metode *total sampling* yaitu 30 responden dengan alat pengumpulan data berupa kuesioner.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu Tentang Pijat Oksitosin sebagian besar dikategorikan kurang, yaitu sejumlah 18 responden (60.0%), dan berpengetahuan cukup sejumlah 3 responden (10.0%). Sebagian besar pengetahuan ibu kurang, dikarenakan ibu dengan tingkat pendidikan SMA sebanyak 23 responden (76,7%), Selain itu, sebagian besar ibu bekerja sebanyak 16 responden (53.3%).

Saran : Memberikan tambahan informasi bagi ibu nifas mengenai manfaat pijat oksitosin yang dapat digunakan sebagai cara guna memperlancar dan meningkatkan produksi oksitosin di desa branjang.

Kata Kunci : Pengetahuan, Pijat Oksitosin, Ibu Nifas

ABSTRACT

Background : According to the 2016 Indonesian health profile data, the national coverage of exclusive breastfeeding for infants 0 - 5 months is 54.0% and infants up to six months of age is 29.5%. Whereas in the Semarang District Health Office in 2014, the coverage of babies who were exclusively breastfed in Semarang Regency in 2014 was 21.3%, decreasing compared to 2013 which was 36.29%. The results of preliminary studies conducted by many postpartum mothers answered that they did not know about oxytocin massage.

Purpose : This is to describe the knowledge of postpartum mothers about oxytocin massage in the village of Branjang.

Methods : This type of research uses descriptive. The population in this study were all postpartum mothers on January 2, 2021, so that the total sampling method was 30 respondents using a questionnaire as the data collection tool.

Result : The results showed that most of the mothers' knowledge about oxytocin massage was categorized as lacking, namely a number of 18 respondents (60.0%), and sufficient knowledge of 3 respondents (10.0%). Most of the mothers' knowledge was lacking, because mothers with high school education level were 23 respondents (76.7%). In addition, most of the mothers worked as many as 16 respondents (53.3%).

Suggestion : Provide additional information for postpartum mothers about the benefits of oxytocin massage which can be used as a way to expedite and increase oxytocin production in Branjang village.

Keywords : Knowledge, Oxytocin Massage, Postpartum Mother

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan kondisi yang terjadi beberapa saat setelah fase keluarnya plasenta hingga 6 minggu pasca melahirkan yakni ditandai dengan kembalinya fungsi alat-alat reproduksi ke kondisi sedia kala atau sebelum hamil (Marmi, 2012).

Selama fase nifas, ibu akan mengalami perubahan-perubahan diri, termasuk tubuh, psikologi hingga keluarnya Air susu. Air Susu Ibu (ASI) merupakan emulsi dari lemak yang terlarut dalam protein, garam organik dan lactose. ASI dihasilkan pada jaringan kelenjar payudara dari Ibu dengan fungsi sebagai makanan utama bayi. Bayi yang baru lahir dianjurkan untuk memperoleh ASI eksklusif sejak lahir hingga mencapai usia enam bulan, hal ini sesuai dengan rekomendasi dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Namun, hal ini tidak semuanya berlangsung dengan baik, melainkan terdapat kendala yakni ASI hanya keluar sedikit bahkan tidak keluar sama sekali sehingga bayi kekurangan asupan makannya. Mengenai pemberian ASI eksklusif, WHO menargetkan bahwa pada tahun 2025 setidaknya 50% bayi baru lahir memperoleh ASI eksklusif (WHO, 2013).

Cakupan ASI eksklusif di Asia Tenggara tidak berbeda jauh dari masing-masing negara, misalnya saja di India hanya sekitar 46%, di Philipina 34%, di Vietnam 27% dan Myanmar 24%. Anak dengan cakupan ASI eksklusif yang cukup sejak enam bulan pasca lahir dapat bertahan hidup 14x lebih baik dibandingkan tanpa asupan ASI. Anak dengan asupan ASI yang cukup sejak lahir akan mengurangi resiko kematian hingga 45% (UNICEF, 2014).

Menurut data profil kesehatan Indonesia 2016 terkait cakupan ASI eksklusif dalam skala nasional untuk bayi usia 0-5 bulan yakni 54,0%, dan bayi hingga usia enam bulan yakni sebesar 29,5%. Berdasarkan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang Tahun 2014 di kabupaten Semarang yakni 21,3 % yang mengalami penurunan jika dibandingkan Tahun 2013 yakni 36,29 %.

Menurut profil Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang pada tahun 2019 presentase pemberian ASI eksklusif pada bayi 0 – 6 bulan pada tahun 2019 yaitu 66,0 % meningkat bila dibandingkan dengan tahun 2018 yaitu 65,6 % .

Masalah yang terjadi pada masa menyusui diantaranya adalah tersumbatnya saluran ASI yang menyebabkan rasa sakit, demam, payudara berwarna merah teraba adanya benjolan yang terasa sakit atau bengkak dan payudara mengeras, yang biasa disebut juga dengan bendungan ASI. Kejadian ini biasa disebabkan karena air susu yang terkumpul tidak dikeluarkan sehingga terjadi sumbatan. Gejala yang sering muncul pada saat terjadi bendungan ASI antara lain payudara bengkak, payudara terasa panas dan keras dan suhu tubuh ibu meningkat. Apabila keadaan ini berlanjut maka dapat mengakibatkan terjadinya mastitis dan abses payudara (Rutina dan Fitriani, 2016).

Lancarnya ASI, dipengaruhi oleh factor berat bayi waktu lahir, frekuensi menyusui, umur kehamilan, usia Ibu, paritas, psikologi ibu, adanya penyakit ibu, interaksi dengan perokok, konsumsi alcohol, peraawatan

payudara, kontrasepsi dan gizi. Kelancaran ASI untuk Ibu menyusui akan mempermudah proses menyusui bayi secara eksklusif untuk mencapai kondisi pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi sejak lahir hingga enam bulan seperti halnya yang telah direkomendasikan oleh WHO (Ferial, 2013).

Manfaat ASI yang banyak jika tidak diiringi dengan meningkatnya aktivitas pemberi ASI dapat mengurangi asupan ASI yang diberikan kepada bayi. Adapun factor yang dapat mempengaruhi hal tersebut adalah terkait pengetahuan Ibu, Lelah, takut terjadi perubahan pada payudara dan enggan akibat rasa sakit yang mungkin dapat ditimbulkan selama proses menyusui (Nora,dkk 2018).

Adanya Faktor sosial budaya, lingkungan dan dukungan keluarga juga mempengaruhi fase menyusui. Pendidikan Kesehatan terkait factor-faktor yang mampu meningkatkan kuantitas ASI yang rendah juga dapat menghambat ekskresi ASI pada Ibu pasca melahirkan. Pada dasarnya, setelah melahirkan tidak semua Ibu mampu secara langsung untuk mengeluarkan ASI, karena ASI diproduksi melalui mekanisme kompleks antara rangsangan saraf, mekanik serta hormone-hormon termasuk oksitosin (Nora,dkk 2018).

Beberapa hal yang dapat dilakukan untuk menginduksi hormone oksitosin dan prolactin yaitu memeras ASI, melakukan perawatan pada payudara, , inisiasi menyusu dini (IMD), frekuensi dan lama fase menyusui, dan melakukan pemijatan oksitosin (Rukiyah, 2011).

Pijat oksitosin dapat menjadi solusi dalam memperlancar ASI, yakni dengan memijat bagian tulang punggung pada costa 5-6 hingga scapula dengan harapan mampu menginduksi kerja saraf parasimpatis untuk merangsang hipofise posterior dalam proses produksi hormon oksitosin. Pijat oksitosin bisa dikatakan sebagai pijatan di punggung untuk menginduksi hormone oksitosin yang mampu menyembuhkan luka pada melahirkan seperti bekas implantasi plasenta, mengurangi resiko perdarahan dan mampu meningkatkan jumlah ASI serta memberi kenyamanan pada Ibu.(Suherni 2012).

Hasil penelitian Dyah,dkk (2019) menunjukkan bahwa pijat oksitosin berpeluang untuk meningkatkan produksi ASI.

Hasil penelitian ini sama dengan Penelitian yang dilakukan Emy Suryani tahun 2016 pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI ibu postpartum di BPM wilayah Kabupaten Klaten.

Penelitian yang dilakukan oleh Mardiyarningsih (2010) terhadap ibu post seksio sesaria yang meneliti efektifitas produksi ASI dengan kombinasi teknik Marmet dan Pijat oksitosin menunjukkan bahwa ibu yang dilakukan teknik kombinasi kedua cara tersebut memiliki produksi ASI yang lebih baik.

Hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti kepada 5 ibu nifas menggunakan metode wawancara, dari 5 pertanyaan yang di ajukan, 5 ibu nifas menjawab tidak mengetahui cara memperbanyak ASI dengan tehnik pijat oksitosin, masalah yang terjadi pada masa menyusui diantaranya adalah tersumbatnya saluran ASI yang menyebabkan rasa sakit, demam,

payudara berwarna merah teraba adanya benjolan yang terasa sakit atau bengkak dan payudara mengeras, yang biasa disebut juga dengan bendungan ASI.

Maka Pijat Oksitosin dapat menjadi solusi dalam memperlancar ASI yakni, mengeluarkan ASI menggunakan pemijatan di sepanjang tulang belakang hingga tulang costae kelima-keenam dan dapat menginduksi sekresi hormone oksitosin dan prolactin paca melahirkan. Pijat ini mampu menginduksi hormone oksitosin dan memberi ketengan pada Ibu sehingga ASI akan mudah untuk keluar.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik, untuk melakukan penelitian tentang “ Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas tentang Pijat Oksitosin di Desa Branjang ? .”

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Lerep Studi di mulai pada bulan September - November 2020 untuk studi pendahuluan, dilanjutkan penelitian pada bulan Januari 2021 dan penyusunan laporan pada bulan November 2020 – Januari 2021. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan *Cross-sectional*. Penentuan responden menggunakan teknik total sampling. Responden penelitian adalah semua ibu nifas di desa branjang dari bulan September – November yang berjumlah 30 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan 27 pertanyaan. Data di analisis dengan data univariat, pengumpulan data diperoleh melalui data primer.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisa Univariat

Tabel 1 Dilihat Bahwa Bagian Responden Berdasarkan Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas tentang Pijat Oksitosin di Puskesmas Lerep , 2020

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	2	6.7
Cukup	7	23.3
Kurang	21	70.0
Jumlah	30	100.0

Tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 30 Responden, sebagian besar Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas tentang Pijat Oksitosin yaitu dalam Kategori Kurang sebanyak 21 Orang (70.0 %).

Tabel 2 Dilihat Bahwa Bagian Responden Berdasarkan Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas tentang Pengertian Pijat Oksitosin Puskesmas Lerep, 2020.

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	4	13.3
Cukup	11	36.7
Kurang	15	50.0
Jumlah	30	100.0

Tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 30 Responden, sebagian besar Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas tentang Pengertian Pijat Oksitosin yaitu dalam Kategori Kurang 15 orang (50.0 %).

Tabel 3 Bahwa Bagian Responden Berdasarkan Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas tentang Manfaat Pijat Oksitosin Puskesmas Lerep, 2020.

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	5	16.7
Cukup	6	20.0
Kurang	19	63.3
Jumlah	30	100.0

Tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 30 Responden, sebagian besar Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas tentang Manfaat Pijat Oksitosin yaitu dalam Kategori Kurang sebanyak 19 Orang (63.3%).

Tabel 4 Bahwa Bagian Responden Berdasarkan Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Hal – Hal Yang Dapat Mendorong Produksi Oksitosin Puskesmas Lerep, 2020.

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	9	30.0
Cukup	7	23.3
Kurang	14	46,7
Jumlah	30	100.0

Tabel 4 dapat dilihat bahwa dari 30 Responden, sebagian besar Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas tentang hal – hal dapat mendorong produksi oksitosin yaitu dalam Kategori Kurang sebanyak 14 Orang (46.7%).

Tabel 5 Bahwa Bagian Responden Berdasarkan Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Hal – Hal Yang Dapat Menghambat Produksi Oksitosin Puskesmas Lerep, 2020.

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	4	13.3
Cukup	5	16.7
Kurang	21	70.0
Jumlah	30	100.0

Tabel 5 dapat dilihat bahwa dari 30 Responden, sebagian besar Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas tentang hal – hal dapat menghambat produksi oksitosin yaitu dalam Kategori Kurang sebanyak 21 Orang (70.0%).

Tabel 6 Bahwa Bagian Responden Berdasarkan Gambaran Pengetahuan Cara Melakukan Pijat Oksitosin Puskesmas Lerep, 2020.

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	9	30.0
Cukup	3	10.0
Kurang	18	60.0
Jumlah	30	100.0

Tabel 6 dapat dilihat bahwa dari 30 Responden, sebagian besar Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas tentang Cara Melakukan Pijat Oksitosin yaitu dalam Kategori Kurang sebanyak 18 Orang (60.0%).

Pembahasan Analisa Univariat

1. Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pijat Oksitosin

Dari tabel 1 dapat dilihat bahwa pengetahuan ibu tentang pijat oksitosin sebagian besar responden berpengetahuan kurang sebanyak 21 responden (70.0%), berpengetahuan cukup 7 responden (23.3%) dan berpengetahuan baik 2 responden (6.7%).

Sebagian besar pengetahuan ibu kurang dikarenakan ibu dengan usia 20 – 35 tahun sebanyak 28 responden (93.3%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah ibu nifas yang berumur 20 – 35 tahun dan memiliki tingkat pengetahuan kurang 28 responden (93.3%) dari 30 orang. Hasil penelitian ini semakin bertambahnya usia maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh juga akan semakin membaik dan bertambah. Bertambahnya usia seseorang akan menjadi perubahan pada aspek fisik dan psikologis (mental), pertumbuhan pada manusia terjadi akibat pematangan fungsi organ. Pada aspek psikologis atau mental taraf berpikir seseorang semakin matang dan dewasa (Mubarak, 2010).

Hasil studi ini didukung oleh hasil studi Rohani (2010) bahwa ibu yang usia 20 sampai 35 tahun adalah masa produksi ASI yang optimal, pada usia-usia ini ibu memiliki kondisi fisik dan psikis yang sehat sehingga ibu akan lebih mudah untuk memberikan ASI secara eksklusif. Selain itu, pada usia ini organ reproduksi wanita sudah mengalami perkembangan yang optimal sehingga siap untuk melalui proses biologis

berikutnya, salah satunya pemberian ASI Eksklusif. Semakin berumur seorang wanita maka kemampuan kelenjar mammae untuk memproduksi ASI juga akan jauh lebih rendah dibandingkan wanita yang berusia 22 tahun.

2. Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas mengenai pengertian Pijat Oksitosin

Dari Tabel 2 dapat dilihat bahwa pengetahuan ibu mengenai definisi pijat oksitosin menunjukkan mayoritas kurang pemahaman sejumlah 15 orang (50.0%), pengetahuan cukup sejumlah 11 orang (36.7%) dan pengetahuan baik sejumlah 4 orang (13.3%). Didapatkan dari analisa soal sejumlah 20 orang (66.7%) tidak mengetahui bahwa pijat oksitosin merupakan pemijatan yang dilakukan dibagian tulang belakang pada costae ke 5 -6 sampai ke scapula.

Pijat oksitosin adalah salah satu cara untuk meningkatkan sekresi ASI melalui proses pemijatan pada bagian tulang *vertebrae* hingga tulang *costae* 5-6. Dengan melakukan pemijatan ini ibu akan merasakan merasa nyaman sesudah proses persalinan, dengan begitu sekresi hormone prolaktin dan oksitosin tidak akan terhambat (Ummah, 2014).

Delima (2015) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa pijat oksitosin yang dilakukan pada ibu menyusui dapat mengoptimalkan produksi ASI. Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas mengenai manfaat Pijat Oksitosin.

3. Berlandaskan tabel 3 diketahui bahwa pengetahuan ibu mengenai manfaat pijat oksitosin mayoritas masih dalam kategori kurang sejumlah 19 orang (63.3%), pengetahuan cukup 6 orang (20.0%) dan

pengetahuan baik 5 orang (16.7%). Hasil analisa dari soal sejumlah 22 orang (73,3%) tidak mengetahui bahwa bahwa pijat oksitosin dapat mencegah terjadi sumbatan sumbatan ASI.

Pada dasarnya, hisapan bayi dapat menyebabkan kelenjar mammae ibunya untuk mengeluarkan ASI dalam waktu dan jumlah yang tepat (Bobak, 2015). Pemijatan oksitosin ini mampu memberikan rasa rileks bagi ibu menyusui, meminimalisir terjadi pembengkakan pada bagian payudara, mencegah tersumbatnya saluran ASI, mempertahankan sekresi ASI dan menstimulus sekresi oksitosin (Depkes RI, 2014).

4. Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas mengenai beberapa hal yang dapat Mendorong Produksi Oksitosin

Dari tabel 4 dapat dilihat bahwa pengetahuan ibu mengenai beberapa hal yang dapat mendorong produksi oksitosin mayoritas responden berpengetahuan kurang sebanyak 14 orang (46,7%), pengetahuan cukup 7 orang (23.3%) serta pengetahuan baik 9 orang (30.0%). Berlandaskan analisis soal sejumlah 12 orang (40,0%) tidak mengetahui bahwa dengan memikirkan sikecil dengan penuh kasih sayang akan meningkatkan produksi oksitosin.

Pijat oksitosin dapat menstimulus sekresi ASI, dan ibu kan merasakan kepuasan, kebahagiaan, percaya diri, hal ini dikarenakan ibu dapat menyediakan ASI secara tercukupi. Selain itu, dengan memikirkan buah hatinya juga dapat meningkatkan fungsi kerja oksitosin sehingga meningkatkan produksi ASI (Asih dan Risneni, 2016).

Hasil studi menunjukkan bahwa rerata produksi ASI setelah dilaksanakannya pijat oksitosin adalah 13,50 dengan standar deviasi 6,416. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan jumlah produksi ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin. Menurut Kiftia (2015).

5. Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas mengenai beberapa hal sebagai penghambat Produksi Oksitosin.

Dari tabel 5 dapat dilihat bahwa pengetahuan ibu mengenai beberapa faktor sebagai penghambat produksi oksitosin, mayoritas responden berpengetahuan kurang sebanyak 21 orang (70.0%), pengetahuan cukup orang (16.7%) serta pengetahuan baik 4 orang (13.3%). Berlandaskan hasil analisa soal sebanyak 16 orang (53,3%) tidak mengetahui ibu khawatir akan menghambat produksi oksitosin.

Sering kali ibu merasa khawatir mengenai produksi ASInya pada hari pertama kelahiran. Perasaan ibu yang khawatir ini akan menimbulkan ketidaknyamanan, ketegangan emosional dan rasa tidak percaya diri. Menurut hasil penelitian Rahayu D dan Yunarsih (2018), apabila ibu menyusui mengalami stres dan tekanan, maka dapat menghambat proses refleksi let down yang akan mengakibatkan penurunan produksi ASI.

6. Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas mengenai Cara pemijatan Oksitosin

Berlandaskan tabel 6 dapat diketahui pengetahuan ibu mengenai cara pemijatan oksitosin, mayoritas responden menunjukkan pengetahuan yang kurang yaitu 18 orang (60.0%), pengetahuan cukup 3 responden (10.0%) dan berpengetahuan baik 9 responden (30.0%).

Berdasarkan analisa soal terdapat 16 orang (53.3%) tidak mengetahui bahwa posisi ibu saat dilaksanakan pijat oksitosin yaitu ibu pada posisi duduk dengan bersandar tangan melipat kedepan.

Langkah – langkah melaksanakan pemijatan oksitosin dengan metode oksitosin menurut Departemen Kesehatan (2007) dalam Umy Naziroh, 2017), sebagai berikut:

- a. Melepas pakaian ibu
- b. Ibu memiringkan badannya ke salah satu sisi, selanjutnya memeluk bantal atau dengan posisi lainnya dengan cara tengkurap diatas meja
- c. Memasangkan handuk
- d. Mengambil minyak dan diletakkan di atas tangan
- e. Melakukan pemijataan pada kedua sisi tulang vertebrae menggunakan kepalan tangan, serta ibu jari mengarah kedepan pada tulang vertebrae lehernya, mencaribagian tulang yang menonjol
- f. Menekan kuat – kuat kedua sisi tulang belakang membentuk gerakan – gerakan melingkar kecil – kecil dengan kedua ibu jari
- g. Pada saat bersamaan, memijat kedua sisi tulang belakang kearah bawah, dari leher kearah tulang belikat, selama 2 – 3 menit
- h. Pemijatan dilakukan tiga kali
- i. Membersihkan punggung ibu dengan waslap air hangat dan dingin secara bergantian

Pernyataan tersebut juga didukung oleh hasil studi Futuciyah (2013) yang menunjukkan bahwa adanya keterkaitan antara perawatan

payudara melalui cara breast care, yangmana dapat memebrikan dampak positif terhadap produksi ASI ibu, pijatan tersebut dapat merangsang kontraksi sel-sel pada kelenjar mammae agar aktif untuk menghasilkan ASI, sehingga bayi tidak akan kekurangan jumlah ASI dari sang ibu.

SIMPULAN (PENUTUP)

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka dapat peneliti simpulkan yaitu sebanyak kurang dari 50% ibu nifas kurang berpengetahuan terkait pengertian pijat oksitosin; 63.3% ibu nifas kurang berpengetahuan terkait manfaat pijat oksitosin; 46.7% ibu nifas kurang memiliki pengetahuan terkai hal-hal yang menunjang produksi oksitosin; 70% ibu nifas kurang mengetahui hal-hal yang menghambat produksi oksitosin; 60% ibu nifas kurang tahu mengenai cara memijat oksitosin dan 70% ibu nifas kurang mengetahui terkait pijat oksitosin.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Puskesmas Lerep dan para responden penelitian yang sudah memberikan izin dan ikut seta dalam proses penelitian ini sampai selesai.

DAFTAR PUSTAKA

Marmi.2012. *Asuhan Kebidanan pada Masa Postpartum*.Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Nora Rahmanindar, Juhrotun Nisa, dan Riska Arista Harwati, 2018. Peningkatan Pengetahuan Ibu Nifas tentang Pijat Oksitosin di Pesurungan Lor Kota Tegal.

Sri Rahayu dan Desi Wijayanti, (2018) Panduan Pijat Oksitosin untuk Bidan dalam Kelangsungan Kesehatan Ibu dan Anak.

<http://journal.stikmakassar.com/a/article/view/129/140>(diakses pada tanggal 1 mei 2020).

<https://journal.ipm2kpe.or.id/index.php/JKS/article/view/529>(diakses pada tanggal 16 mei 2019).

Notoatmodjo, Soekidjo, 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.

Ariami , P., 2014. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kebidanan Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Nuha Medika.

Sugiyono, 2014.*Metode Penelitian Bisnis (Pendekatan Kuantitatif , Kualitatif dan R&D)*. Bandung : Alfabeta.

Arikunto , Suharsimi , 2010. *Prosedur Penelitian Kebidanan Kesehatan Reproduksi* .Yogyakarta : Nuha Medika.

Ummah, F . 2014, Pijat Oksitosin untuk Mempercepat Pengeluaran ASI pada ibu Pasca Salin Normal Di Dusun Sono Desa Kentanen Kecamatan Panceng Gresik, Jurnal Vol. 2, No XVII, Diambil dari <http://stikesmuhla.ac.id>

Nursalam, 2014. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* , Jakarta : Salemba Medika.

Lowdermilk, D. L., Perry, S.E., Cashion, K, 2013 .*Keperawatan Maternitas* Edisi 8. Indonesia : Salemba Medika.

Arikunto , Suharsimi, 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : PT.Rineka Cipta

