

Upaya Mempercepat Proses Involusi Uterus Dengan Pemberian Terapi Komplementer Pijat Oksitosin Pada Ibu *Postpartum*

Taufianie Rossita¹, Liya Lugita², Yesi Putri³, Syami Yulianti⁴

^{1,2,3,4}Program studi kebidanan (S1) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Dehasen

Email : taufianirossita255@gmail.com¹

Kilas Artikel

Volume 3 Nomor 1
Februari 2023
DOI:2775-3301&from_ui=yes

Article History

Submission: 07-01-2023
Revised: 09-01-2023
Accepted: 09-01-2023
Published: 01-02-2023

Kata Kunci:

Involusi Uteri, Terapi Komplementer, Pijat Oksitosin

Keywords:

Uterine Involution, Complementary Therapy, Oxytocin Massage

Korespondensi:

(Liya Lugita)
(taufianirossita255@gmail.com)

Abstrak

Upaya pencegahan perdarahan post partum dapat dilakukan semenjak persalinan kala 3 dan 4 dengan pemberian oksitosin. Hormon oksitosin ini sangat berperan dalam proses involusi uterus. Proses involusi akan berjalan dengan bagus jika kontraksi uterus kuat sehingga harus dilakukan tindakan untuk memperbaiki kontraksi uterus. Upaya untuk mengendalikan terjadinya perdarahan dari tempat plasenta dengan memperbaiki kontraksi dan retraksiserat myometrium yang kuat dengan pijatan oksitosin. Upaya mempertahankan kontraksi uterus melalui pijatan untuk merangsang keluarnya hormon oksitosin merupakan bagian penting dari perawatan *post partum*. Setelah dilakukan praktik langsung, ibu-ibu menyusui merasakan kontraksi diperut, sehingga oksitosin benar-benar bekerja dan diharapkan mempercepat proses involusi uterus sehingga tidak terjadi perdarahan. Pijat oksototin sangat penting untuk mempercepat proses involusi uterus. Jadi ibu *postpartum* sangat diperlukan untuk mengetahui manfaat pijat oksitosin untuk kesehatan ibu itu sendiri, sehingga ibu *postpartum* mau untuk dilakukan pijat oksitosin. Kegiatan pengabmas ini, para dosen bersama mahasiswanya berupaya dapat menyumbangkan ilmu pengetahuan dan pengalamannya tentang tehnik Komplementer khususnya "Pijat Oxytosin" kepada ibu postpartum sejumlah 10 orang. Diikutsertakannya mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana dimaksudkan untuk memberikan pengalaman nyata dalam melakukan pelatihan kader dan ibu bayi tentang tehnik komplementer: pijat *oxytosin* yang dilihatnya, diharapkan menjadi bekal mahasiswa pada saat nanti bekerja dalam memberikan layanan kebidanan di masyarakat.

Abstract

Efforts to prevent postpartum hemorrhage can be carried out since the 3rd and 4th stage of labor by administering oxytocin. The hormone oxytocin plays an important role in the process of uterine involution. The involution process will go well if the uterine contractions are strong so that action must be taken to improve uterine contractions. Efforts to control the occurrence of bleeding from the placenta by improving the strong contraction and retraction of myometrial fibers with oxytocin massage. Efforts to maintain uterine contractions through massage to stimulate the release of the hormone oxytocin is an important part of postpartum care. After direct practice, nursing mothers feel stomach contractions, so oxytocin really works and it is hoped that it will speed



up the uterine involution process so that bleeding does not occur. Oxotocin massage is very important to speed up the process of uterine involution. So postpartum mothers really need to know the benefits of oxytocin massage for the mother's own health, so that postpartum mothers want to do oxytocin massage. In this community service activity, the lecturers and their students try to contribute their knowledge and experience about complementary techniques, especially "Oxytocin Massage" to 10 postpartum mothers. The participation of students of the Midwifery Study Program in the Undergraduate Program is intended to provide real experience in training cadres and baby mothers on complementary techniques: the oxytocin massage, which he saw, is expected to be a provision for students when they later work in providing midwifery services in the community.

1. PENDAHULUAN

Indikator kemampuan pelayanan kesehatan suatu negara menurut WHO bisa dilihat dari angka kematian ibu (AKI) selama masa perinatal, intranatal, dan postnatal. AKI merupakan salah satu target tujuan dari *Millenium Development Goals* (MDG's) yang diselenggarakan untuk memantau kemajuan menuju tujuan pembangunan berkelanjutan (SDG's). Target kesehatan yang spesifik dari SDG yaitu meningkatkan kesehatan ibu dan menurunkan sampai $\frac{3}{4}$ dari resiko kematian ibu. Menurut WHO, sebanyak 99% kematian ibu akibat masalah persalinan atau kelahiran terjadi di negaranegara berkembang. AKI di Indonesia 81% akibat komplikasi selama hamil dan bersalin dan 25% selama masa nifas (Kemenkes RI, 2013). Salah satu penyebab perdarahan adalah terjadinya sub involusi uterus. Sub involusi uterus adalah keadaan menetap atau terjadinya retardasi involusi. Proses normalnya menyebabkan uterus kembali ke bentuk semula. Akan tetapi, fenomena di lapangan, masih banyak ditemukan ibu *postpartum* hari ketiga dengan TFU masih satu jari dibawah pusat, padahal seharusnya sudah tiga jari dibawah pusat. Hal ini mengindikasikan masih banyak ibu *postpartum* yang mengalami keterlambatan penurunan TFU. Ibu *postpartum* post SC juga sering mengalami keterlambatan penurunan TFU. Proses ini ditandai dengan penurunan tinggi fundus uteri berjalan lambat, adanya pemanjangan masa pengeluaran lochia dan perdarahan uterus yang berlebihan disertai perdarahan hebat (Reeder, 2011).

Proses involusi adalah kembalinya uterus seperti keadaan sebelum hamil setelah melahirkan (Bobak, et al 2004). Proses involusi normal ditandai dengan tinggi fundus uteri berada setengah pusat simfisis pada minggu pertama. Proses involusi uterus meliputi adanya efek oksitosin, autolysis, dan atrofi jaringan (Reeder, 2011). Upaya pencegahan perdarahan *post partum* dapat dilakukan semenjak persalinan kala 3 dan 4 dengan pemberian oksitosin. Hormon oksitosin ini sangat berperan dalam proses involusi uterus. Proses involusi akan berjalan dengan bagus jika kontraksi uterus kuat sehingga harus dilakukan tindakan untuk memperbaiki kontraksi uterus. Upaya untuk mengendalikan terjadinya perdarahan dari tempat plasenta dengan memperbaiki kontraksi dan retraksiserat myometrium yang kuat dengan pijatan oksitosin. Upaya mempertahankan kontraksi uterus melalui pijatan untuk merangsang keluarnya hormon oksitosin merupakan bagian penting dari perawatan *post partum* (Bobak, Lowdermik, Jensen, 2005). Oksitosin dapat diperoleh dengan berbagai cara baik melalui oral, intra- nasal, intramuscular, maupun dengan pemijatan yang merangsang keluarnya hormon oksitosin. Sebagaimana ditulis 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. Pijat oksitosin adalah suatu tindakan pemijatan tulang belakang mulai dari nervus ke5-6



sampai scapula yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis untuk menyampaikan perintah ke otak bagian belakang sehingga oksitosin keluar.



Gambar 1. Pijat Oksitosin

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Praktik Mandiri Bidan "H", Kegiatan ini sebagai suatu kegiatan yang dipandang sangat penting untuk mempercepat proses involusi uterus. Rapat strategi pelaksanaan akan dipimpin oleh ketua pelaksana untuk membahas mengenai strategi dan perencanaan program pengabdian pada masyarakat yang dilaksanakan. Persiapan yang dilakukan sebelum melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di BPM "H" antara lain :

- a. Pembuatan proposal pengabdian masyarakat
- b. Pembuatan Media (leaflet)
- c. Pembuatan pertanyaan tentang pijat oksitosin dan manfaat pijat oksitosin
- d. Persiapan tempat pelaksanaan kegiatan

1) Pre test dan post test

Pre test adalah kegiatan menguji tingkat pengetahuan responden mengenai materi yang akan disampaikan, dalam hal ini adalah pengetahuan mengenai teknik pijat oksitosin untuk ibu nifas dan manfaat pijat oksitosin untuk ibu nifas. Kegiatan ini dilakukan sebelum kegiatan berlangsung. Uji tingkat pengetahuan menggunakan selebaran kuisioner mengenai teknik pijat oksitosin untuk ibu nifas dan manfaat pijat oksitosin yang diberikan kepada responden untuk diisi sesuai kemampuan masing-masing responden.

2) Post test

adalah kegiatan menguji tingkat pengetahuan responden mengenai materi setelah kegiatan selesai. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan responden dari sebelum mendengarkan paparan materi dengan pengetahuan responden setelah mendengarkan paparan yang disampaikan.

3) Pasca Kegiatan

Tahap pasca kegiatan adalah tahap akhir dari program pengabdian pada masyarakat, dalam tahap ini akan dilakukan evaluasi dan pembuatan laporan kegiatan. Evaluasi dilakukan sebelum dan sesudah edukasi. Sebelum edukasi bertujuan untuk mengetahui pengetahuan awal responden tentang pijat oksitosin dan manfaat pijat oksitosin.



Sedangkan evaluasi sesudah edukasi bertujuan untuk mengetahui perubahan pemahaman responden tentang pijat oksitosin dan manfaat pijat oksitosin. Instrumen evaluasi yang digunakan adalah kuesioner. Indikator penilaian mencakup aspek berikut: Pengetahuan tentang teknik pijat oksitosin dan manfaat pijat oksitosin

3. HASIL & PEMBAHASAN

Oksitosin dapat diperoleh dengan berbagai cara baik melalui oral, intra- nasal, intramuscular, maupun dengan pemijatan yang merangsang keluarnya hormon oksitosin. Sebagaimana ditulis 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. Pijat oksitosin adalah suatu tindakan pemijatan tulang belakang mulai dari nervus ke5-6 sampai scapula yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis untuk menyampaikan perintah ke otak bagian belakang sehingga oksitosin keluar (Suherni, 2008; Suradi, 2006; Hamranani 2010). Kegiatan pengabdian ini, para dosen bersama mahasiswanya berupaya dapat menyumbangkan ilmu pengetahuan dan pengalamannya tentang teknik Komplementer khususnya "Pijat Oxytosin" kepada ibu *postpartum* yang ada di Praktik Mandiri Bidan. Melalui Kader Posyandu yang telah dilatih diharapkan mereka mampu mentransfer ilmu dan ketrampilannya tentang teknik komplementer: *Pijat Oxytosin* kepada ibu-ibu *postpartum*. Praktik melakukan pijat oxytosin dalam rangka mempercepat involusi uterus untuk kesehatan ibu.

Hasil pengabdian masyarakat bahwa tingkat pengetahuan ibu *postpartum* tentang pijat *oxytocin* untuk mempercepat proses involusi uterus semua ibu belum mengetahui tentang pijat *oxytocin*. Dalam hal ini masih sangat perlu di tingkatkan untuk memberikan pendidikan kesehatan tentang pijat *Oxytocin* pada ibu *postpartum*.

4. KESIMPULAN

Dilakukannya pijat oksitosin hari pertama pada ibu nifas normal berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI yang ditunjukkan dari: frekuensi BAK bayi, frekuensi BAB bayi, dan frekuensi Menyusu bayi dalam 24 jam. Sedangkan berat badan bayi mengalami penurunan setelah dilakukan pijat oksitosin.

DAFTAR PUSTAKA

- Hamranani. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Involusi Uterus Pada Ibu Postpartum yang mengalami Persalinan Lama di Rumah Sakit Wilayah Kabupaten Klaten*. <http://ui.ac.id> diakses tanggal 10 Juni 2021 (Hal.15)
- Khaerani, Leli et. Al, 2012, *Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Ibu Postpartum di Ruang Postpartum Kelas III RSHS Bandung*. <http://unpad.ac.id> diakses tanggal 10 Juni 2021 (Hal.27)
- Khaerani, Leli et. Al, 2012, *Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Ibu Postpartum di Ruang Postpartum Kelas III RSHS Bandung*. <http://unpad.ac.id> diakses tanggal 10 Juni 2021 (Hal.27)
- Kurosawa, M. (2002). *Massage affect nociception of oxytocin*. *J.European neuroscience* Vol 16:330-338. (Hal. 3)

