

## Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu *Postpartum* di RS Kristen Ngesti Waluyo Temanggung

Anisa Qonitatun<sup>1</sup>, Wilisa Apriana<sup>2</sup>, Rini Susanti<sup>3</sup>, Natalia Adhy Wulandari<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, aqonita96@gmail.com

<sup>2</sup>Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, wilisaapriana02@gmail.com

<sup>3</sup>Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, rinisusanti@unw.ac.id

<sup>4</sup>Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, ntlwulandari@gmail.com

Korespondensi Email: aqonita96@gmail.com

---

### Article Info

#### Article History

Submitted, 2025-06-23

Accepted, 2023-06-28

Published, 2025-07-04

---

Keywords: *Postpartum Mother Knowledge, Oxytocin Massage*

Kata Kunci: Pijat Oksitosin, *Postpartum, Pengetahuan*

---

### Abstract

*Breast milk production is influenced by the hormone prolactin while secretion is influenced by the hormone oxytocin. The problem of lack of breast milk production in postpartum mothers is very common. This is due to the lack of knowledge of postpartum mothers about oxytocin massage. The study was conducted in February 2025 with a descriptive quantitative approach. Based on age groups, the age group of mothers aged 25-35 years is the largest age group, namely 17 people (85%) and ages > 35 years as many as 3 people (15%) out of a total of 20 people. Based on the mother's education group, the most results are Middle School (Junior High School, High School) with a total of 14 people (70%), Elementary School (SD) with a total of 4 people (20%), and mothers with Higher education 2 people (10%). It can be concluded that there is an influence on the level of knowledge of postpartum mothers before and after health education about oxytocin massage is carried out. So it can be said that there is an influence of providing health education about oxytocin massage on the level of knowledge of postpartum mothers.*

### Abstrak

Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Permasalahan kurangnya produksi ASI pada ibu postpartum sangat sering ditemukan. Hal tersebut dikarenakan kurangnya pengetahuan ibu postpartum tentang pijat oksitosin. Penelitian dilakukan pada bulan Februari 2025 dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Berdasarkan kelompok umur, kelompok umur ibu dengan umur 25-35 tahun adalah kelompok umur terbanyak jumlahnya, yaitu 17 orang (85%) dan umur >35 tahun sebanyak 3 orang (15%) dari total 20 orang. Berdasarkan pada kelompok pendidikan ibu hasil terbanyak yaitu Menengah (SMP, SMA) dengan jumlah 14 orang (70%), Dasar (SD) dengan jumlah 4 orang (20%), dan ibu dengan pendidikan Tinggi 2 orang (10%). Dapat disimpulkan

bahwa terdapat pengaruh tingkat pengetahuan ibu postpartum sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang pijat oksitosin. Sehingga dapat dikatakan bahwa ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan tentang pijat oksitosin terhadap tingkat pengetahuan ibu postpartum.

---

## **Pendahuluan**

Di Indonesia hampir 9 dari 10 ibu pernah memberikan ASI, namun penelitian menemukan hanya 49,8% yang memberikan ASI secara eksklusif selama 6 bulan sesuai rekomendasi WHO. Rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif ini dapat berdampak pada kualitas hidup generasi penerus bangsa dan juga pada perekonomian nasional (Indonesia, 2022). Salah satu indikator yang dapat digunakan untuk PHBS sesuai dengan kriteria PHBS yang ditetapkan oleh Pusat Promkes pada tahun 2011, yaitu memberi ASI eksklusif. Proses mulai menyusui terbanyak terjadi pada 1-6 jam setelah kelahiran (35,2%) dan kurang dari 1 jam (inisiasi menyusui dini) sebesar 34,5%, sedangkan proses mulai menyusui terendah terjadi pada 7-23 jam setelah kelahiran yaitu sebesar 3,7% (Hidayah & Dian Anggraini, 2023)

Masa laktasi merupakan suatu masa terjadi perubahan pada payudara ibu, sehingga mampu memproduksi air susu ibu (ASI) dan merupakan suatu interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, saraf dan berbagai macam hormon sehingga ASI dapat dikeluarkan. Kadang-kadang ibu mengatakan air susunya tidak keluar atau keluarnya hanya sedikit pada hari-hari pertama kelahiran bayinya (Fatrin et al., 2022)

Hormon oksitosin diproduksi oleh otak bagian belakang dengan cara kerja seperti efek morfin, membuat seseorang merasa bahagia dan mengurangi rasa sakit. Selain itu, hormon oksitosin dapat memberi stimulasi saat persalinan atau pada puting saat proses menyusui. Hormon oksitosin keluar melalui rangsangan keputing susu melalui isapan bayi dan melalui pijatan pada tulang belakang ibu, dengan dilakukannya pijatan tulang belakang ibu akan merasa rileks, kelelahan setelah melahirkan akan hilang, mengurangi stress, rasa cemas, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar (Anggraini dyah setiyarini & Diska Nugraha, 2023)

Salah satu tindakan yang perlu dilakukan untuk memaksimalkan kualitas dan kuantitas ASI, yaitu pemijatan punggung. Pemijatan punggung ini berguna untuk merangsang pengeluaran hormon oksitosin menjadi lebih optimal dan pengeluaran ASI menjadi lancar (Purwoastuti, 2017). Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat Oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan (Hidayah & Dian Anggraini, 2023)

Penyebab belum tercapainya pemberian ASI eksklusif di Indonesia dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah tidak lancar produksi ASI pada hari pertama setelah melahirkan yang disebabkan kurangnya rangsangan hormon oksitosin dan prolaktin yang berperan dalam kelancaran produksi ASI sehingga dibutuhkan upaya tindakan alternatif atau penatalaksanaan berupa pijat oksitosin, karena pijat oksitosin sangat efektif membantu merangsang pengeluaran ASI.(Studi et al., 2025)

Dari data yang didapatkan terdapat masalah tentang kurangnya pengetahuan ibu postpartum tentang pijat oksitosin, sehingga kita memberikan pendidikan kesehatan untuk masalah tersebut, konseling tentang pendidikan kesehatan pijat oksitosin itu sangat efektif untuk mengatasi permasalahan Asi yang tidak lancar.

Menurut (Ummah, 2019) manfaat pijat oksitosin yaitu memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit, membantu ibu secara psikologis, menenangkan, tidak stress, membangkitkan rasa percaya diri, membantu ibu agar mempunyai pikiran dan perasaan baik tentang bayinya, meningkatkan ASI, memperlancar ASI, melepas lelah.

### Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *deskriptif kuantitatif* untuk menganalisis pengetahuan ibu *postpartum* tentang pijat oksitosin. Populasi pada penelitian ini adalah semua ibu *postpartum* di Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Temanggung berjumlah 20 orang. Penelitian ini dilaksanakan pada awal bulan Februari 2025. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu *postpartum* sebelum dan sesudah diberikan edukasi.

### Hasil dan Pembahasan

#### Hasil Penelitian

#### Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Umur Ibu Postpartum Di Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Temanggung

Kategori	Frekuensi	Persentase
Umur		
20-35 tahun	17	85 %
>35 tahun	3	15 %
Total	20	100%
Pendidikan		
Dasar (SD)	4	20%
Menengah (SMP, SMA)	14	70%
Tinggi (Perguruan Tinggi)	2	10%
Total	20	100%

Berdasarkan kelompok umur, kelompok umur ibu dengan umur 25-35 tahun adalah kelompok umur terbanyak jumlahnya, yaitu 17 orang (85%) dan umur >35 tahun sebanyak 3 orang (15%) dari total 20 orang. Berdasarkan pada kelompok pendidikan ibu hasil terbanyak yaitu Menengah (SMP, SMA) dengan jumlah 14 orang (70%), Dasar (SD) dengan jumlah 4 orang (20%), dan ibu dengan pendidikan Tinggi 2 orang (10%).

Responden penelitian ini adalah ibu *postpartum* di Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Temanggung, jumlah responden 20 orang. Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berumur 20–35 tahun dengan proporsi 85%. Umur merupakan individu yang dihitung mulai saat melahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Kepercayaan masyarakat bahwa seorang lebih dewasa dipercayai dari orang yang belum tinggi kedewasaannya. Hal ini sebagai pengalaman dan kematangan jiwa. (Wawan & Dewi, 2010)

Ketidakcukupan produksi ASI adalah alasan utama ibu untuk menghentikan pemberian ASI, karena ibu merasa dirinya tidak mempunyai kecukupan produksi ASI untuk memenuhi kebutuhan bayi dan mendukung kenaikan berat badan bayi. Kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin menyebabkan penurunan produksi dan pengeluaran ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan yang berpengaruh terhadap

kelancaran dan produksi ASI. Oleh karena itu, penting bagi ibu dan keluarga menerapkan pijat oksitosin, terutama pada hari awal kelahiran bayi. (Fatrin et al., 2022)

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, yang pertama adalah faktor internal yang meliputi pendidikan, pekerjaan, dan umur. Dan juga ada faktor eksternal yang meliputi lingkungan dan sosial budaya (Wawan and Dewi, 2011). Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh pada daya serap, pemahaman, dan kemampuan merespon pengetahuan yang diperoleh (Nisa et al., 2023) Pengetahuan ibu postpartum tentang pijat oksitosin masih kurang jadi perlu adanya tindakan untuk upaya peningkatan pengetahuan ibu postpartum.

Rata-rata pendidikan responden yaitu menengah sebesar 70%, pendidikan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan, pendidikan yang telah ditempuh oleh seseorang maka akan mempengaruhi pengetahuan mereka. Menurut Notoatmodjo (2012) menjelaskan bahwa pendidikan akan berdampak pada tingkat pengetahuan seseorang. Seseorang yang memiliki pendidikan tinggi akan mempunyai wawasan yang lebih luas dibandingkan dengan seseorang yang berpendidikan lebih rendah.

### **Pengetahuan ibu nifas tentang pijat oksitosin sebelum diberikan pendidikan kesehatan**

Tabel 2 Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum diberikan pendidikan kesehatan

Tingkat Pengetahuan	Pre test	
	N	%
Baik	2	10%
Cukup	4	20%
Kurang	14	70%

Berdasarkan data di atas, hasil *pre-test* menunjukkan bahwa pengetahuan responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang pijat oksitosin berada pada kategori baik yaitu 2 orang (10%), cukup yaitu sebanyak 4 orang (20%), dan 14 orang (70%) pada kategori kurang.

### **Pengetahuan ibu nifas tentang pijat oksitosin sesudah diberikan pendidikan kesehatan**

Tabel 3 Tingkat Pengetahuan Responden Sesudah diberikan pendidikan kesehatan

Tingkat Pengetahuan	Post test	
	N	%
Baik	16	80%
Cukup	4	20%
Kurang	0	0

Berdasarkan data diatas, hasil *post-test* didapatkan dengan hasil yang lebih baik dimana terdapat 16 orang (80%) responden yang dalam kategori baik, 4 orang (20%) responden yang cukup.

### **Pengetahuan ibu nifas tentang pijat oksitosin sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan**

Skala penilaian pengetahuan dibedakan menjadi 3 kategori yaitu baik, cukup dan kurang. Hasil jawaban responden terhadap kuesioner pengetahuan ibu postpartum tentang pijat oksitosin sebelum diberikan pendidikan kesehatan (*pre-test*) yaitu 20 responden yang menjadi sampel hasil *pre-test* menunjukkan bahwa sebagian besar pengetahuan ibu postpartum tentang pijat oksitosin di RSK Ngesti Waluyo dalam kategori kurang sebesar

14 responden (70%). Hal ini disebabkan karena selama ini masih kurangnya pengetahuan ibu postpartum tentang pijat oksitosin.

Hasil pengabdian masyarakat didapatkan hasil *post test* lebih baik dibandingkan hasil *pre test*, hal ini disebabkan karena adanya suatu perlakuan sebelum *post test*. Responden diberikan pendidikan Kesehatan tentang pijat oksitosin. Hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2012) menjelaskan bahwa setelah manusia mendapatkan informasi atau pelatihan maka akan diolah lebih lanjut dengan memikirkan, mengolah, mempertanyakan, mengkolongkan, dan merefleksikan.

Pengabdian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ibrahim et al., 2021) dengan judul “Pengaruh Edukasi Pijat Oksitosin Terhadap Pengetahuan Ibu Postpartum Di Klinik Ikhwan Sentul Kabupaten Bogor Tahun” menunjukkan bahwa secara deskriptif dengan diberikannya edukasi mengenai pijat oxytonsin akan meningkatkan pengetahuan ibu postpartum hal ini dibuktikan dengan distribusi frekuensi kategori tingkat pengetahuan baik sebelum dilakukan edukasi namun setelah dilakukan edukasi jumlahnya bertambah. Pada kategori tingkat pengetahuan cukup sebelum dilakukan edukasi mengalami penurunan jumlah sebelum dilakukan edukasi dan setelah dilakukan edukasi, hal tersebut menandakan bahwa dengan dilakukannya edukasi maka jumlah orang berpengetahuan cukup akan berkurang sehingga jumlah tingkat berpengetahuan baik menjadi lebih banyak dari sebelumnya. Berdasarkan hasil yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh tingkat pengetahuan ibu postpartum sebelum dan sesudah dilakukan edukasi mengenai pijat oksitosin dengan  $p\text{-value} = 0,026 < 0,05$ . Sehingga dapat dikatakan bahwa ada pengaruh pemberian edukasi mengenai pijat oksitosin terhadap tingkat pengetahuan ibu postpartum di Klinik Ikhwan Sentul Bogor Tahun 2021

### **Kesimpulan dan Saran**

Berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh tingkat pengetahuan ibu postpartum sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang pijat oksitosin. Sehingga dapat dikatakan bahwa ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan tentang pijat oksitosin terhadap tingkat pengetahuan ibu postpartum di Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Temanggung.

### **Ucapan Terima Kasih**

Ucapan terima kasih untuk Rektor Universitas Ngudi Waluyo, Dekan Fakultas Kesehatan, Kaprodi Kebidanan Program Sarjana, dosen pembimbing dan semua pihak yang telah membantu kegiatan ini.

### **Daftar Pustaka**

- Anggraini dyah setiyarini, & Diska Nugraha, N. (2023). Efektivitas Pijat Oksitosin terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum. *Professional Health Journal*, 4(2), 268–272. <https://doi.org/10.54832/phj.v4i2.367>
- Fatrin, T., Soleha, M., Apriyanti, T., Sari, Y., & Aryanti, A. (2022). Edukasi praktik pijat oksitosin terhadap peningkatan kelancaran produksi Air Susu Ibu (ASI). *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Humanity and Medicine*, 3(1), 39–46. <https://doi.org/10.32539/hummed.v3i1.73>
- Hidayah, A., & Dian Anggraini, R. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi Asi pada Ibu Nifas di BPM Noranita Kurniawati. *Journal of Education Research*, 4(1), 234–239. <https://doi.org/10.37985/jer.v4i1.154>
- Ibrahim, S. S., Suciawati, A., & Indrayani, T. (2021). Pengaruh Edukasi Pijat Oksitosin Terhadap Pengetahuan Ibu Postpartum Di Klinik Ikhwan Sentul Kabupaten Bogor Tahun 2021. *Journal for Quality in Women's Health*, 4(1), 7–13. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v4i1.102>
- Nisa, R., Nugraheni, W. T., & Ningsih, W. T. (2023). Tingkat Pendidikan, Usia, Pekerjaan Dengan Pengetahuan Ibu Tentang Imunisasi Dasar Pada Balita Di Wilayah Kerja

- Puskesmas Merakurak Kabupaten Tuban. *Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 7(3), 251–261.
- Studi, P., Kebidanan, S., & Mulia, U. S. (2025). *Sains Medisina*. 3(4), 139–143.
- Ummah, M. S. (2019). *Gambaran Pengetahuan Ibu Post Partum Tentang Pijat Oksitosin Di Puskesmas Bergas*. 11(1), 1–14.
- Indonesia, I. D. A. (2022). Materi Edukasi. IDAI.
- Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In Pusdatin.Kemenkes.Go.Id.
- Purnamasari, K. D., & Hindiarti, Y. I. (2020). Metode Pijat Oksitosin, Salah Satu Upaya Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum. *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal)*, 7(2), 1-8.
- Nufus, H. (2019). Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi. *Jurnal Borneo Cendekia*, 3(2), 223–227. <https://doi.org/10.54411/jbc.v3i2.217>
- Widhawati, R., Lubis, V. H., & Komalasari, O. (2024). Jurnal Peduli Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM) - Aphelion*, 4, 171–178. <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM/article/view/2494>