



PENERAPAN PIJAT OKSITOSIN PADA IBU BERSALIN FASE AKTIF

Oleh

Rina Dwi Anggraeni¹, Elsa Zulfiatur Rahma², Eka Suryani³

^{1,2,3}Prodi Kebidanan Universitas Sehati Indonesia

Email: [1rinadwianggraeni.bidan@gmail.com](mailto:rinadwianggraeni.bidan@gmail.com)

Article History:

Received: 23-07-2024

Revised: 07-08-2024

Accepted: 24-08-2024

Keywords:

Pijat Oksitosin, Kala I
Fase Aktif

Abstract: *Salah satu penyebab kematian ibu di Propinsi Jawa Barat adalah karena persalinan lama, dengan angka kematian yang masih besar. Persalinan /partus lama merupakan istilah untuk menggambarkan adanya abnormalitas persalinan di kala 1 (pembukaan 1 hingga 10 atau lengkap). Adapun salah satu cara untuk mempercepat kemajuan persalinan yaitu dengan memberikan pijat oksitosin. Telah banyak dilakukan penelitian tentang pijat oksitosin, yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap lama persalinan kala I fase aktif. Kesimpulannya, pijat oksitosin berpengaruh terhadap lama persalinan kala I fase aktif, yaitu fase dimana telah terjadi pembukaan 4 sampai lengkap. Saran bagi bidan diharapkan dapat membantu ibu bersalin dalam memenuhi kebutuhan ibu akan rasa nyaman dalam pengontrolan nyeri secara non farmakologis saat memberikan asuhan persalinan dengan menerapkan teknik pijat oksitosin sehingga persalinan dapat berjalan secara efektif dan aman baik dari segi lama persalinan dan kondisi bayi yang dilahirkan*

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan kejadian fisiologis yang dialami oleh setiap wanita, akan tetapi kondisi fisiologis tersebut dapat menjadi patologis apabila seorang ibu tidak mengetahui kondisi yang fisiologis dan seorang penolong atau tenaga kesehatan tidak memahami bagaimana suatu persalinan dikatakan fisiologis dan bagaimana penatalaksanaannya sehingga dapat membantu menurunkan angka kematian ibu.

Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Indonesia penyebab kematian ibu terbanyak pada tahun 2019 adalah perdarahan salah satunya disebabkan oleh persalinan lama mencapai 4,3%. Komplikasi dalam lamanya waktu persalinan, kelelahan, stress pada ibu dapat menyebabkan aliran darah ibu melalui plasenta berkurang, sehingga aliran oksigen ke janin berkurang, akibatnya terjadi gawat janin dan hal ini dapat menyebabkan asfiksia. Faktor-faktor yang berhubungan dengan lama persalinan kala I termasuk usia ibu, paritas, TFU, usia kehamilan, jarak dari kehamilan, aktivitas selama kehamilan dan fisioterapi. Agar dapat mencegah terjadinya komplikasi dalam persalinan tersebut diatas, maka tenaga kesehatan khususnya bidan mempunyai tanggung jawab dan tantangan dalam memberikan asuhan yang adekuat untuk membantu proses persalinan. Namun hal tersebut bukan merupakan tugas yang mudah bagi seorang bidan karena setiap wanita memiliki dimensi biologi, psikologi, sosial, spiritual, budaya dan pendidikan yang berbeda yang berdampak pada cara mengekspresikan diri dan mempersepsikan rasa nyeri saat persalinan yang



merupakan bagian alami dari proses persalinan. Walaupun pendekatan nonfarmakologi untuk mengatasi nyeri dan mempercepat kemajuan persalinan telah dipelajari secara luas, tetapi penerapan di Rumah Sakit masih sangat terbatas dan dalam praktiknya tidak semudah apa yang dibayangkan karena belum terdapat tuntunan yang jelas tentang cara untuk mempercepat kemajuan persalinan secara alami. Salah satu cara untuk mempercepat kemajuan persalinan yaitu dengan memberikan pijat oksitosin.

Sesuai dengan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Qonitun melalui analisis data Uji Sample t-Test (Independent sample t-Test) didapatkan adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap lama kala I persalinan. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Ekayani didapatkan ada pengaruh pemberian kombinasi teknik relaksasi dan pijatan terhadap lama waktu persalinan dengan indikator pembukaan serviks. Wijaya dalam penelitiannya dapat dilihat bahwa rata-rata nyeri setelah perlakuan padakelompok pijat oksitosin dengan kategori nyeri terbanyak adalah nyeri ringan yaitu 90,0%, sedangkan kelompok tidak pijat oksitosin kategori nyeri terbanyak adalah nyeri sedang yaitu 68,4%. Adanya nyeri yang berkurang maka dapat memperlancar aliran darah yang membawa oksigen ke Rahim ketika oksigen dalam rahim tercukupi, kontraksi dapat berjalan dengan baik sehingga dapat mempercepat pembukaan pada kala I persalinan.

METODE

Metode pengabdian masyarakat yang dilakukan yaitu adalah Ceramah, Penerapan cara melakukan pijat oksitosin. Ibu bersalin diberikan contoh praktik pijat oksitosin kemudian di praktikan bersama suami. Ibu bersalin didampingi oleh bidan pemilik TPMB dengan bimbingan oleh tim pengabdian masyarakat (dosen, mahasiswa) universitas Indonesia setelah selesai praktik ibu bersalin diberikan kesempatan untuk tanya jawab apabila ada yang belum mengerti. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan tanggal 5 April - 5 Agustus 2024, tempat pelaksanaannya TPMB Bidan Yayasan Haryatini, S.S.T

HASIL

Dinamakan pijat oksitosin karena pijat ini dikhususkan untuk meningkatkan hormon oksitosin di dalam tubuh. Oksitosin sendiri adalah hormon yang berperan penting dalam persalinan, menyusui, dan orgasme. Hormon ini biasanya akan bereaksi ketika tubuh mendapatkan rangsangan dari sentuhan.

Pijat oksitosin adalah tekanan jari-jari atau telunjuk yang kuat pada titik-titik tertentu atau tekanan alami tubuh untuk menginduksi atau melancarkan persalinan, tepat di daerah yang menyimpan sebagian besar energi. Namun, seperti cara alami lainnya untuk menginduksi persalinan, metode ini hanya berlaku saat serviks sudah matang dan tubuh siap untuk melahirkan. Stimulasi titik tekanan pada maternal telah terbukti aman dan efektif sebagai alat untuk menginduksi persalinan. Untuk mengetahui adakah pengaruh pijat oksitosin terhadap lama kala I fase aktif pada ibu bersalin Kesimpulan: Ada pengaruh pijat oksitosin terhadap lama kala I fase aktif pada ibu bersalin

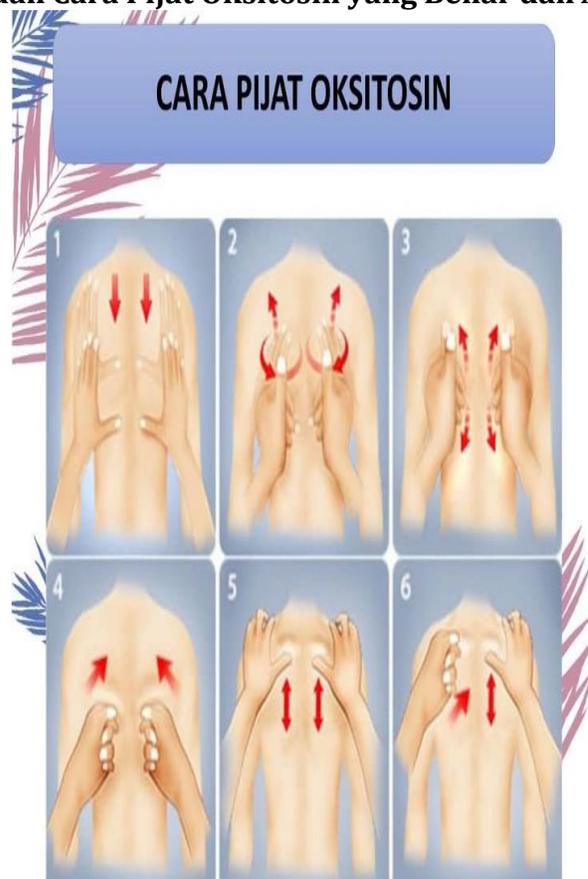
Pijat oksitosin adalah sentuhan ringan atau pijatan tulang belakang mulai dari costa ke 5-6 sampai scapula yang dapat menimbulkan efek relaksasi. Relaksasi yang dialami ibu merangsang otak untuk menurunkan kadar hormon adrenalin dan meningkatkan produksi oksitosin yang merupakan faktor timbulnya kontraksi uterus yang adekuat. Dengan



melakukan pijatan oksitosin dapat melancarkan peredaran darah dan meregangkan daerah otot-otot sehingga nyeri yang dialami selama proses persalinan juga semakin berkurang. Langkah-langkah dalam melakukan pijat oksitosin harus diperhatikan dengan baik agar pemijatan menghasilkan pengaruh yang optimal, salah satu langkah yang perlu diperhatikan adalah cara pemijatan pada setiap ibu dengan postur tubuh yang berbeda seperti ibu yang gemuk harus dipijat dengan posisi telapak tangan mengepal sedangkan pada ibu dengan tubuh yang kurus atau normal bisa menggunakan jempol tangan kiri dan kanan atau punggung telunjuk kiri dan kanan. Selain itu, durasi pemijatan oksitosin pun perlu untuk diperhatikan waktu yang baik untuk dilakukan pemijatan yaitu selama 3-5 menit di ulangi sebanyak 3kali. Pijat oksitosin adalah sentuhan ringan atau pijatan tulang belakang mulai dari costa ke 5-6 sampai scapula yang dapat menimbulkan efek relaksasi. Relaksasi yang dialami ibu merangsang otak untuk menurunkan kadar hormon adrenalin dan meningkatkan produksi oksitosin yang merupakan faktor timbulnya kontraksi uterus yang adekuat. Dengan melakukan pijatan oksitosin dapat melancarkan peredaran darah dan meregangkan daerah otot-otot sehingga nyeri yang dialami selama proses persalinan juga semakin berkurang. Langkah-langkah dalam melakukan pijat oksitosin harus diperhatikan dengan baik agar pemijatan menghasilkan pengaruh yang optimal, salah satu langkah yang perlu diperhatikan adalah cara pemijatan pada setiap ibu dengan postur tubuh yang berbeda seperti ibu yang gemuk harus dipijat dengan posisi telapak tangan mengepal sedangkan pada ibu dengan tubuh yang kurus atau normal bisa menggunakan jempol tangan kiri dan kanan atau punggung telunjuk kiri dan kanan. Selain itu, durasi pemijatan oksitosin pun perlu untuk diperhatikan waktu yang baik untuk dilakukan pemijatan yaitu selama 3-5 menit di ulangi sebanyak 3kali.



Panduan Cara Pijat Oksitosin yang Benar dan Aman



Langkah demi langkah pijat oksitosin yang dapat dilakukan sendiri di rumah bersama dengan pasangan maupun keluarga.

1. Untuk melakukan pijat oksitosin, Mum dianjurkan untuk membuka baju dan bra supaya proses pemijatan menjadi lebih mudah.
2. Setelah itu, ambil posisi duduk sambil membungkukkan tubuh ke depan. Agar lebih nyaman, Mum bisa sambil memeluk bantal. Jika diperlukan, Mum juga bisa duduk sambil melipat kedua tangan di atas meja dan menyandarkan kepala di atasnya.
3. Kemudian minta suami atau keluarga untuk memijat kedua sisi tulang belakang secara perlahan dengan cara mengepal tangan dan posisi ibu jari berada di depan.
4. Pindah posisi pijat ke tulang belakang leher yang menonjol. Lalu pijat ke bawah secara perlahan sampai batas tali bra atau sampai pinggang. Berikan sedikit tekanan dengan melakukan gerakan melingkar menggunakan dua ibu jari.
5. Lakukan pijatan selama 2-3 menit.
6. Perhatikan tekanan saat proses pemijatan. Jika pijatan dirasa kurang terasa, bisa meminta suami atau keluarga untuk menambahkan tekanan pijatnya, namun juga jangan terlalu keras.

Pijat oksitosin dapat dilakukan oleh siapa pun. Jadi, tidak selalu harus konselor laktasi, bidan, ataupun dokter. Kendati begitu, untuk hasil yang optimal, tidak ada salahnya untuk



belajar langsung dari ahlinya terlebih dahulu lalu mempraktikannya sendiri di rumah.

Meski relatif aman untuk dilakukan sendiri, penting untuk dipahami bahwa Mum sebaiknya menghindari melakukan pijat oksitosin jika sedang memiliki luka terbuka, kelainan darah, ataupun kondisi kesehatan lainnya yang membutuhkan perhatian serius.

KESIMPULAN

pijat oksitosin berpengaruh terhadap lama persalinan kala I fase aktif, yaitu fase dimana telah terjadi pembukaan 4 sampai lengkap. Saran bagi bidan diharapkan dapat membantu ibu bersalin dalam memenuhi kebutuhan ibu akan rasa nyaman dalam pengontrolan nyeri secara non farmakologis saat memberikan asuhan persalinan dengan menerapkan teknik pijat oksitosin sehingga persalinan dapat berjalan secara efektif dan aman baik dari segi lama persalinan dan kondisi bayi yang dilahirkan.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Aryani, Y. Evarelin, L. (2015). Pengaruh Masase pada punggung Terhadap Intensitas Nyeeri Kala I Fase Laten Persalinan Normal Melalui Peningkatan Kadar Endorfin. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(1), 2015.
- [2] Bobak, L. J. (2015). *Keperawatan Maternitas*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- [3] Dahlan, M. S. (2014). *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan: Deskriptif, Bivariat, Dan Multivariat Dilengkapi Dengan Aplikasi Menggunakan SPSS*. Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- [4] Dharma, K. K. (2015). *Metodologi Penelitian Keperawatan: Pedoman Melaksanakan Dan Menerapkan Hasil Penelitian*. Jakarta: Trans Info Media
- [5] Fitriana, Y., & Nurwiandani, W. (2018). *Asuhan Persalinan (Konsep Persalinan Secara Komprehensif Dalam Asuhan Kebidanan)*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- [6] Lathifah S N & Iqmy Octaviani Ledy. Pengaruh L14 Terhadap Peningkatan Kontraksi Pada Kala I Persalinan. *Jurnal Kesehatan Prodi Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati*. Vol. 9, No. 3. November 2018
- [7] Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Data dan Informasi Tahun 2018 (Profil Kesehatan Indonesia 2017)*. Diakses pada tanggal 20 November 2018 melalui <http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Data-dan-Informasi-Profil-Kesehatan-Indonesia-2017.pdf>
- [8] Notoatmodjo, Soekidjo. 2014. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- [9] Nursiah Ai, Rukmawati A, Badriah L.D. *Asuhan Persalinan Normal Bagi Bidan*. PT Refika Aditama. Bandung 2014
- [10] Pemprov SUL-SEL. (2018). *Angka Kematian Ibu dan Bayi di Sul-Sel*. Diakses pada tanggal 15 Januari melalui <https://makassar.sindonews.com/read/15052/1/11-kabupaten-di-sulsel-penyumbang-angka-kematian-ibu-dan-bayi-1539105004>
- [11] Prasetyo Bambang & Jannah Miftahul Janna. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif*. PT RajaGrafindo Persada: Jakarta. 2014
- [12] Prawirohardjo, S. (2016). *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- [13] Purwanto Budi. (2018). *CPHCT Amazing Mom And SPA (Basic)*. Makassar: Lembaga Kursus & Pelatihan Kesehatan Budhi Farmasiners Institute.
- [14] Rahimsyah MB. *Penyembuhan Alami Dengan Herbal dan Pijat Refleksi*. Dua Media. Tahun 2012



- [15] Ratnawati, A. (2018). Asuhan Keperawatan Maternitas. Yogyakarta: PustakaBaru Press.
- [16] Rahman Aditya Topan.R .2015.Analisis Statistik Penelitian Kesehatan. In Media: Bogor.
- [17] Saryono.,& Anggraeni. (2013). Metodologi penelitian kualitatif dan kuantitatif dalam bidang kesehatan. Yogyakarta: NuhaMedika.
- [18] Setiyaningrum, E., & Sugiarti.(2017). Buku Ajar Kegawatdaruratan Maternitas Pada Ibu Hamil, Bersalin dan Nifas. Jakarta: Indomedia Pustaka.
- [19] Sofia Debbiyatus. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Proses Involusio Uterus. Jurnal Akademi Kebidanan Ibrahimy Sukorejo Situbondo. Vol. IV, No. I. Februari 2017: 50-55
- [20] Sumin A. H. Pengaruh Teknik Akupresur Dan Dukungan Keluarga Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I di RSUD Sawerigading Palopo.Jurnal Prodi Kebidanan Mega Buana Palopo. 2018
- [21] Syamsuddin. (2015). Pedoman Praktis Metodologi Penelitian Internal: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Pengembangan Dan Mix-Method, Wade Group: Ponorogo.
- [22] Wijaya M, Winny D, Rahmiati L. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Nyeri Dan Kemajuan Persalinan Pada Ibu Bersalin Di Puskesmas Garuda. Jurnal Ilmiah Bidan. Prodi Diploma Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Padjajaran. Vol. III, No.3. 2018
- [23] Wong Ferry. M. Panduan Lengkap Pijat . Penebar Plus. 2011
- [24] World Bank.(2017). Angka Kematian Ibu dan Bayi di Indonesia. Diakses pada tanggal 15 Januari 2019 melalui <https://kumparan.com/@kumparansains/angka-kematian-ibu-dan-bayi-indonesia-tertinggi-kedua-di-asia-tenggara>

HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN