Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X **(Printed)**
5 (2) 2025, Page 11110-11122

Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Psikologis Minggu Pertama Post Partum di Tempat Praktek Mandiri Bidan M Kota Jakarta Tahun 2023

Sukarni Setya Yuningsih[1], Santi Nurmalasari[2]; Feva Tridiyawati[3]
[1,2,3]Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara
Coresponden Author: Sukarni Setya Yuningsih, e-mail: santins461@gmail.com

Published: August, 2025

ABSTRAK

Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon oksitosin, hormon prolaktin, refleks prolaktin dan let-down refleks. Pada saat bayi menghisap puting maka akan terjadi reflek prolaktin yang akan merangsang hormon prolaktin untuk memproduksi ASI dan let-down refleks yang akan merangsang pengaliran ASI. Tehnik menyusui yang benar akan memperlancar produksi ASI. Faktor psikologi merupakan hal yang perlu diperhatikan seperti kecemasan. Setelah melahirkan, ibu mengalami perubahan fisik dan fisiologis yang mengakibatkan perubahan psikisnya. Kondisi ini dapat mempengaruhi proses laktasi. Fakta menunjukan bahwa cara kerja hormon oksitosin dipengaruhi oleh kondisi psikologis. Persiapan ibu secara psikologis sebelum menyusui merupakan faktor penting yang mempengaruhi keberhasilan menyusui. Cemas, stres, rasa kuatir yang berlebihan, ketidak bahagiaan pada ibu sangat berperan dalam mensukseskan pemberian ASI eksklusif. Mengetahui Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Psikologis Pada Ibu Post Partum di Praktik Mandiri Bidan M. Jenis penelitian ini adalah quasy experimen dengan pendekatan *Pre Test -Post Test Control Group Design*. Tehnik sampel yang digunakan adalah total sampling sebanyak 40 responden yang dilakukan observasi pada ibu menyusui di Praktek Mandiri Bidan M. Berdasarkan uji t-test didapatkan nilai p *value* < 0,05 (0,000) yang artinya ada pengaruh pijat oksitosin terhadap psikologis pada ibu post partum di Praktik Mandiri Bidan M. Ada Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Psikologis Pada Ibu Post Partum di Praktik Mandiri Bidan M. Agar produksi ASI dapat melimpah maka perlu dilakukan pencegahan agar ibu post partum tidak merasa cemas sehingga dapat meningkatkan produksi ASI dan ibu dapat memberikan ASI Eksklusif.

Kata Kunci : pijat oksitosin, kecemasan, ibu post partum.

ABSTRACT

Background Breast milk production is influenced by the hormone oxytocin, the hormone prolactin, the prolactin reflex and the let-down reflex. When the baby suckles the nipple, a prolactin reflex will occur which will stimulate the prolactin hormone to produce breast milk and a let-down reflex which will stimulate milk flow. Correct breastfeeding technique will facilitate milk production. Psychological factors are things that need attention such as anxiety. After giving birth, the mother experiences physical and physiological changes that result in psychological changes. This condition can affect the lactation process. The facts show that the way the hormone oxytocin works is influenced by psychological conditions. Psychological preparation of the mother before breastfeeding is an important factor that influences the success of breastfeeding. Anxiety, stress, excessive worry, unhappiness in the mother play a very important role in the success of exclusive breastfeeding. The purpose of the study was to determine the effect of oxytocin massage on anxiety levels in post partum mothers at the independent practice of midwife M. The research methodology for this type of research is a quasy experiment with a Pre Test - Post Test Control Group Design approach. The sample technique used was a total sampling of 40 respondents who were observed in breastfeeding mothers at the Independent Practice of Midwife M. Research Results Based on the t-test, a p-value <0.05 (0.000) was obtained, which means that there is an effect of oxytocin massage on the level of anxiety in post partum mothers at the Independent Midwife Practice M. Conclusions and suggestions There is an effect of Oxytocin Massage on the Level of Anxiety in Postpartum Mothers in the Independent Practice of Midwives M. In order to produce abundant breast milk, it is necessary to prevent post partum mothers from feeling anxious so that they can increase milk production and mothers can provide exclusive breastfeeding.

Keywords: oxytocin massage, anxiety, post partum mothers.

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita sangat ditentukan oleh jumlah air susu ibu (ASI) yang di peroleh, termasuk energi dan zat gizi lainnya yang terkandung di dalam ASI. ASI merupakan makanan yang bergizi sehingga tidak memerlukan tambahan komposisi. ASI mudah dicerna oleh bayi dan langsung terserap. ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan bayi, karena ASI adalah makanan bayi yang berada pada tingkat terbaik. Pada saat yang sama ASI juga sangat kaya akan sari-sari makanan yang mempercepat pertumbuhan sel-sel otak dan perkembangan sistem saraf, karena itu amat dianjurkan setiap ibu hanya memberikan ASI (ekslusif) sampai bayi berumur 6 bulan (Musrifa, 2018).

Cakupan ASI eksklusif di seluruh dunia sekitar 36% periode 2007-2014 sedangkan di Indonesia sebesar 54,3% dan di Jawa Tengah sebesar 58,4%. Hal ini masih dibawah target yaitu 80% cakupan pemberian ASI Eksklusif. Berdasarkan data yang diperoleh dari profil kesehatan Provinsi Jawa Tengah pencapaian cakupan pemberian ASI ekslusif tahun 2012 mengalami penurunan yaitu 25,6% cakupan pemberian ASI sedangkan pada tahun 2013 sebesar 58,4%. Hal ini menunjukkan bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif dari tahun ketahun belum mengalami peningkatan yang signifikan. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Magelang cakupan ASI eksklusif di Kabupaten Magelang mengalami peningkatan pada tahun 2016 yaitu 70,6 % (Naziroh, 2019).

Pada sebagian ibu pengeluaran ASI bisa terjadi dari masa kehamilan dan sebagian terjadi setelah persalinan. Permasalahan pengeluaran ASI ini memberikan dampak buruk untuk kehidupan bayi. Padahal justru nilai gizi ASI tertinggi ada di hari-hari pertama kehidupan bayi, yakni kolostrum. Penggunaan susu formula merupakan alternatif yang dianggap paling tepat untuk mengganti ASI (Sulastri, 2019).

Ibu yang selalu dalam keadaan gelisah, kurang percaya diri, rasa tertekan dan berbagai bentuk ketegangan emosional, mungkin akan gagal dalam menyusui bayinya. Salah satu faktor kejiwaan yang juga mempengaruhi adalah kecemasan (Febrina, 2019). Berdasarkan hasil penelitian Sulastri, (2019) dalam penelitiannya mengatakan bahwa ada hubungan antara kecemasan ibu dengan pemberian ASI pada masa nifas. Ibu yang cemas akan sedikit mengeluarkan ASI dibandingkan ibu yang tidak cemas. Berdasarkan hasil penelitian Febrina (2019) mengatakan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kelancaran pengeluaran ASI ibu post partum primipara. Upaya agar ASI tetap lancar yaitu mulai dari keinginan ibu yang kuat untuk memberikan nutrisi terbaik yaitu ASI pada bayinya. Motivasi yang kuat akan berpengaruh terhadap fisik dan emosi ibu untuk menghasilkan ASI. Dengan memiliki keinginan yang kuat dan kasih sayang yang tulus dan tinggi, maka produksi ASI bisa terpacu. Salah satunya yaitu dukungan dari suami dan keluarga, kerena dukungan dari orang-orang terdekat dapat mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI dan terhindar dari kecemasan sehingga terciptakan suasana yang nyaman di dalam keluarga dan ibu merasa rileks dan nyaman. Dengan demikian ASI akan terproduksi dengan lancar.

Jika suasana hati ibu merasa nyaman dan gembira akan mempengaruhi kelancaran ASI, sebaliknya jika ibu merasa cemas dan stress akan menghambat kelancaran pengeluaran ASI (Wollny, 2021).

Kondisi sulit dikeluarkannya ASI sering terjadi pada primipara yang berakibat timbulnya stress. Stress yang dialami ibu primipara dapat meningkatkan kadar hormone kortisol yang menyebabkan menurunnya kadar hormone oksitosin sehingga mengakibatkan keterlambatan onset laktasi. Salah satu alternatif untuk meningkatkan sirkulasi serta dukungan hormone oksitosin dan endorphin dapat dilakukan pijat oksitosin. Pijat oksitosin merupakan pemijatan pada tulang belakang yang dimulai pada tulang belakang sampai tulang costae kelima – keenam (Musrifa, 2019).

Berdasarkan penelitian pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI karena dapat memicu pengeluaran hormone oksitosin dan berdasarkan hasil literature review pijat oksitosin dapat mengurangi keadaan emosional ibu yang stabil. Pijatan pada tulang belakang akan menyebabkan neurotransmiter merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hypothalamus pada hipopyse posterior untuk mengeluarkan oksitosin sehingga buah dada akan terisi dan terasa mengencang untuk mengeluarkan air susu. Pijatan ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress sehingga akan membantu pada saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi yang lahir normal (Haryani, 2018)

Hasil dari rekam medis yang ada di Praktik Mandiri Bidan M, didapatkan bahwa dari bulan Januari sampai bulan Desember 2022 jumlah persalinan normal sebanyak 102 ibu post partum. Persalinan yang normal meminimalkan adanya masalah yang terkait dengan ibu post partum. Selain mengalami perubahan secara fisiologis pada masa nifas terutama involusi dan laktasi. Ibu post partum yang pertama kali menajadi ibu, kadang merasa beban, cemas, gelisah, merasa ketakutan jika tidak dapat menjadi ibu yang baik. Padahal dengan adanya rasa cemas tersebut dapat menghambat produksi ASI pada ibu post partum. Adapun saah satu cara untuk menurunkan tingkat kecemasan salah satu jalannya adalah membuat ibu menjadi relaks. Tindakan yang dilakukan untuk membuat ibu post partum relaks adalah melakukan pijat oksitosin. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Psikologis Minggu Pertama Post Partum di Tempat Praktik Mandiri Bidan M Kota Jakarta Tahun 2023?"

METODE

Penelitian ini merupakan Jenis penelitian ini adalah quasy experimen dengan pendekatan *Pre Test - Post Test Control Group Design*. Tehnik sampel yang digunakan adalah total sampling sebanyak 40 responden yang dilakukan observasi pada ibu menyusui di Praktek Mandiri Bidan M. Analisa data menggunakan uji t-test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisa Univariat

Analisa univariat merupakan analisa pada responden disetiap masing-masing variabel. Analisa Univariat terdiri dari distribusi frekuensi (mencari prosentase) yaitu usia, pekerjaan, pendidikan terakhir, paritas. Distribusi rata-rata yaitu kecemasan sebelum dan kecemasan sesudah (nilai rata-rata, nilai minimum dan nilai maksimum).

1. Karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, paritas

Tabel 1. Distribusi frekuensi usia, pendidikan, pekerjaan, paritas pada ibu post partum di Tempat praktek Bidan M (n=40)

Variabel	**K. Kontrol**	**K. Intervensi**
Usia		
20-35 tahun	17 (56,7%)	13 (43,3%)
> 35 tahun	3 (30,0%)	7 (70,0%)
Pendidikan		
SMP	4 (40,0%)	6 (60,0%)
SMA	13 (54,2%)	11 (45,8%)
PT	3 (50,0%)	3 (50,0%)
Pekerjaan		
Tidak bekerja	11 (45,8%)	13 (54,2%)
Bekerja	9 (56,3%)	7 (43,8%)
Paritas		
1 Anak	2 (66,7%)	1 (33,3%)
2 Anak	11 (45,8%)	13 (54,2%)
3 Anak	7 (53,8%)	6 (46,2%)
Total	**20 (50,0%)**	**20 (50,0%)**

Sumber : data primer 2023

Berdasarkan tabel 1 diatas didapatkan data bahwa data karakteristik responden berdasarkan usia pada kelompok intervensi usia 20-35 tahun ada 13 responden (43,3%) dan pada kelompok kontrol usia 20-35 tahun ada 17 responden (56,7%), pendidikan pada kelompok kontrol SMA sebanyak 13 responden (54,2%) dan kelompok intervensi SMA sebanyak 11 responden (45,8%), berdasarkan pekerjaan pada kelompok kontrol tidak bekerja sebanyak 11 responden (45,8%), dan kelompok intervensi tidak bekerja sebanyak 13 responden (54,2%), berdasarkan paritas pada kelompok kontrol adalah 2 anak, dan pada kelompok interevensi pada 2 anak sebanyak 13 responden (54,2%).

2. Kecemasan pada ibu post partum kelompok kontrol

Tabel 2. Distribusi rata-rata responden berdasarkan kecemasan pada ibu post partum kelompok kontrol di tempat praktek bidan M (n=20)

Kecemasan Pre Kontrol	Nilai	Kecemasan Post Kontrol	Nilai
Nilai rata-rata	52,20	Nilai rata-rata	52,30
Nilai Minimum	34,00	Nilai Minimum	31,00

Nilai Maksimum	67,00	Nilai Maksimum	65,00
Jumlah Responden	20	Jumlah Responden	20

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan perbedaan nilai rata-rata kekecemasan ibu post partum sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol di tempat praktek bidan M, dimana kecemasan sebelum perlakuan rata-rata 52,20 dengan nilai minimal 34,00 dan maksimal 67,00. Sedangkan sesudah perlakuan dengan rata-rata 52,30 dengan nilai minimal 31 dan maksimal 65.

3. Kecemasan pada ibu post partum kelompok intervensi

Tabel 3. Distribusi rata-rata responden berdasarkan kecemasan pada ibu post partum kelompok intervensi di tempat praktek bidan M (n=20)

Kecemasan Pre Intervensi	Nilai	Kecemasan Post Intervensi	Nilai
Nilai rata-rata	52,80	Nilai rata-rata	46,50
Nilai Minimum	32,0	Nilai Minimum	29,0
Nilai Maksimum	65,0	Nilai Maksimum	62,0
Jumlah Responden	20	Jumlah Responden	20

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan perbedaan nilai rata-rata kecemasan sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi di tempat praktek bidan M, dimana sebelum perlakuan rata-rata 52,80 dengan nilai minimal 32 dan maksimal 65. Sedangkan sesudah perlakuan dengan rata-rata 15,60 dengan nilai minimal 29 dan maksimal 62.

Analisa Bivariat

Analisa bivariat merupakan analisa untuk mengetahui pengaruh adanya suatu perlakuan dengan membandingkan nilai rata-rata pada suatu variabel. Karena pada penelitian ini adalah membandingkan nilai pre dan post, variabel yang digunakan adalah variabel dependent saja, sedangkan variabel idependen hanya sebagai perlakuan. Langkahnya :

1. Uji normalitas data

Salah satu syarat untuk mengujikan uji bivariat, pertama kali adalah uji normalitas dengan cara membandingkan nilai skewnws pada nilai statistik dengan standar errornya. Apabila hasilnya ≤ 2, maka dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 4. Tabel Uji Normalitas Data

Nilai Skewnes	Statistik	Std Error	Hasil	
Kontrol Pre	0,402	0,512	0,785	Distribusi Normal
Kontrol Post	0,572	0,512	1,117	Distribusi Normal
Intervensi Pre	0,719	0,512	1,404	Distribusi Normal
Intervensi Post	0,141	0,512	0,160	Distribusi Normal

Sumber : Data Primer 2023

Dari hasil diatas, didapatkan bahwa kedua data memiliki distribusi normal, maka untuk analisa bivariat menggunakan uji t-Test Independent.

2. Uji t-Test Independent

Untuk mengetahui perbedaan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol yaitu dengan membandingkan rentang kecemasan pada kedua kelompok tersebut.

Tabel 5. Tabel Uji Analisa bivariat t-test independent

Rentang Pengeluaran ASI	Mean	SD	SE	P-*value*
Kelompok Kontrol	-0,2000	0,15347	0,83224	0,000
Kelompok Intervensi	-6,3000	0,19568	1,14731	

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5 hasil analisis pengaruh pijat oksitosin terhadap kecemasan pada ibu post partum kelompok intervensi dan kontrol dengan melihat rentang kecemasan tersebut. Dimana pada kelompok kontrol didapatkan rentang kecemasan dengan nilai rata-rata -0,2000 dengan standar deviasi 3,72191 dengan standar error 0,83224. Sedangkan pada kelompok intervensi rentang kecemasan didapatkan nilai rata-rata -6,3000 dengan standar deviasi 5,13092 dengan standar error 1,14731. Berdasarkan uji statistik diperoleh nilai p *value* < 0,05 (0,000) yang artinya ada perbedaan yang signifikan antara rentang kecemasan kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada ibu post partum. Artinya pemberian pijat oksitosin terbukti menurunkan kecemasan pada ibu post partum.

Pembahasan

Analisa Univariat

1. Usia

Hasil dari penelitian diatas didapatkan data bahwa data karakteristik responden berdasarkan usia pada kelompok intervensi usia 20-35 tahun ada 13 responden (43,3%) dan pada kelompok kontrol usia 20-35 tahun ada 17 responden (56,7%).

Menurut Delima (2018) umur menunjukkan ukuran waktu pertumbuhan dan perkembangan seorang individu. Umur berkorelasi dengan pengalaman, pengalaman berkorelasi dengan pengetahuan, pemahaman dan pandangan terhadap suatu penyakit atau kejadian sehingga akan membentuk persepsi dan sikap. Kematangan dalam proses berfikir pada individu yang berumur dewasa lebih memungkinkan untuk menggunakan mekanisme koping yang baik dibandingkan kelompok umur yang baik dibandingkan kelompok umur remaja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Lily (2020) yang menyatakan bahwa sebagian besar usia pasien pada ibu post partum adalah 30,32 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa usia pasien adalah usia awal, hal ini dimungkinkan karena sebagian besar responden mengalami permasalahan akan proses persalinannya, sehingga muncul tingkat cemas yang sedang. Dengan usia yang relatif matang maka responden dapat berfikir dengan mekanisme koping yang baik sehingga responden dapat mengambil sikap yang kooperatif.

Peneliti berasumsi bahwa semakin dewasa umur seseorang, maka akan semakin tinggi tingkat mekanisme koping terhadap suatu stresor. Dimana dalam menyikapi tingkat kecemasan pada pasien ibu

post partum dengan usia yang relatif sudah 25 sampai 30 tahun mampu bersikap kooperatif. Hal ini menunjukkan bahwa mekanisme koping yang semakin tinggi seiring dengan bertambahnya usia terhadap suatu stresor yang ada.

2. Pendidikan

Hasil dari penelitian diatas didapatkan data bahwa data karakteristik responden berdasarkan usia pada kelompok intervensi pendidikan pada kelompok kontrol SMA sebanyak 13 responden (54,2%) dan kelompok intervensi SMA sebanyak 11 responden (45,8%).

Menurut Notoatmojo (2018), pendidikan pada umumnya akan merubah pola pikir, pola bertingkah laku dan pola pengambilan keputusan. Dengan pendidikan tinggi maka individu tersebut akan semakin luas pengetahuannya. Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain agar dapat memahami suatu hal. Semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah pula menerima informasi, pengetahuan yang dimilikinya akan semakin banyak.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Fadhil (2018) yang menyatakan bahwa sebagian besar responden ibu post partum memiliki pendidikan SMA artinya dengan pendidikan lanjutan maka dapat merubah perilaku dan pola pikir yang lebih baik dalam mengambil keputusan. Semakin tinggi pendidikan akan semakin luas wawasannya.

Peneliti berasumsi bahwa diperlukan pendidikan berkelanjutan bagi masyarakat dalam rangka meningkatkan pengetahuan dan pemahaman. Pendidikan diharapkan mampu mengubah pola pikir seseorang supaya menjadi lebih matang dalam mengambil keputusan. Sehingga dapat membentuk koping yang baik jika menghadapi stresor. Dimana dalam penelitian ini responden dengan pendidikan tinggi namun banyak yang mengalami kecemasan yang ringan, hal ini dimungkinkan karena responden baru pertama kali mengalami kejadian, sehingga belum mengetahui langkah-langkah apa yang akan dilakukan oleh tim medis dalam membantu masalahnya. Diharapkan dengan adanya pemberian informasi maka dapat diterima dengan baik sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasan yang dialaminya.

3. Pekerjaan

Hasil dari penelitian didapatkan data bahwa data karakteristik responden berdasarkan usia pada kelompok intervensi pekerjaan pada kelompok kontrol tidak bekerja sebanyak 11 responden (45,8%), dan kelompok intervensi tidak bekerja sebanyak 13 responden (54,2%).

Pekerjaan identik dengan pendapatan atau sosial ekonomi pada masyarakat. Menurut Astutik (2018) menyatakan bahwa pekerjaan berkaitan dengan pola gangguan psikiatrik. Dimana pada saat seseorang terkena musibah dan dengan pengahasilan yang tidak seberapa dapat menimbulkan gangguan psikologis seperti bingung harus bagaimana dan harus berbuat apa. Apalagi seorang yang tidak memiliki pekerjaan otomatis tidak memiliki pendapatan. Oleh karena itu apapun pekerjaan yang sudah ditekuni oleh sesorang perlu mendapatkan apresiasi agar selalu dapat mensyukuri nikmat dari Tuhan.

Berdasarkan penelitian Febrina (2019) menyatakan bahwa masyarakat dengan pekerjaan yang tidak

tetap maka identik dengan sosial ekonomi yang rendah. Dimana memiliki resiko prevalensi psikiatrik lebih banyak. Stasus ekonomi yang rendah terjadi karena pekerjaan yang dilakukan seseorang tidak memenuhi kebutuhan kesehariannya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerjaan paling banyak adalah non formal yaitu sebanyak 38 (82%).

Peneliti berpendapat bahwa seseorang yang tidak bekerja tidak dapat menghasilkan pendapatan ataupun seseorang dengan pekerjaan serabutan yang mengakibatkan status ekonomi yang rendah lebih beresiko dalam menghadapi stresor, seperti jika sakit dan diharuskan operasi maka kecemasanya akan meningkat. Akan banyak yang difikirkan seperti pembayaran yang harus dilunasi dengan kondisi pekerjaan yang masih tidak tetap. Oleh sebab itu dengan adanya program dari pemerintah dapat membantu warga yang kurang mampu dalam menghadapi masalah seperti kecelakaan yang memerlukan biaya guna berobat dan memenuhi kebituhan sehari-hari.

4. Paritas

Hasil dari penelitian diatas didapatkan data bahwa data karakteristik responden berdasarkan usia pada kelompok intervensi paritas pada kelompok kontrol adalah 2 anak, dan pada kelompok interevensi pada 2 anak sebanyak 13 responden (54,2%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Maita (2018) yang dilakukan di Rumah Bersalin memperoleh hasil bahwa jumlah anak memiliki kaitannya dengan tingkat kecemasan pada ibu post partum. Hasil penelitian menyatakan bahwa Pasangan Usia Subur (PUS) dengan jumlah anak diatas 3 berpeluang memiliki tingkat cemas yang lebih berat dibandingkan dengan PUS yang memiliki anak 1-3.

Penelitian Naziroh (2019) yang dilakukan di United States menggunakan data sekunder pada tahun 2002 dan 2006-2008 juga memperoleh hasil yang sejalan dengan penelitian Perinasia (2018) yaitu jumlah anak hidup yang memiliki anak lebih dari 3 memiliki peluang terjadinya kecemasan, dan semakin banyak anak maka tingkat kecemasan juga semakin berat.

Dasar teori dari Sari (2015) menyatakan bahwa jumlah paritas atau jumlah anak yang dimiliki Pasangan Usia Subur (PUS) dapat mempengaruhi status psikologis atau rasa cemas. Salah satu faktor yang menentukan PUS akan terjadinya rasa cemas adalah banyaknya anak yang dimilikinya, diharapkan pasangan yang memiliki jumlah anak lebih banyak kemungkinan untuk memulai kontrasepsi lebih besar dibandingkan pasangan yang mempunyai anak lebih sedikit. Agar rasa cemas dapat diminimalisir.

Asumsi peneliti, bahwa pada ibu dengan paritas anak 0-2 sebagian besar memiliki resiko tingkat cemas yang lebih rendah dibandingkan dengan ibu dengan paritas lebih dari 3, hal ini karena dengan anak yang lebih banyak maka beresiko akan pembiayaan serta kasih sayang orang tua yang harus terbagi-bagi dengan anak yang lainnya.

5. Tingkat kecemasan pada kelompok kontrol

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan perbedaan nilai rata-rata kekecemasan ibu post partum sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol di tempat praktek bidan M, dimana kecemasan

sebelum perlakuan rata-rata 52,20 dengan nilai minimal 34,00 dan maksimal 67,00. Sedangkan sesudah perlakuan dengan rata-rata 52,30 dengan nilai minimal 31 dan maksimal 65.

Hal ini sesusai dengan hasil penelitian Haryani (2018) yang menyatakan bahwa pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan pijat oksitosin sebagian besar responden tidak mengalami perubahan yang berarti. Dimana nilai cemas hampir sama antara sebelum perlakuan dengan setelah perlakuan. Yaitu nilai tingkat kecemasan 36,32 dengan kategori cemas berat dimana rata-rata tingkat kecemasan pada pasien ibu primigravida adalah dengan nilai kecemasan terendah 27,00 dan kecemasan tertinggi 39,00.

Dasar teori yang disampaikan oleh Kurniawaty (2018) yang menyatakan bahwa sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin pada kelompok kontrol, yaitu pasien mengalami tingkat kecemasan yang cukup tinggi. Karena pada kelompok kontrol hanya diobservasi saja, maka tidak ada perubahan kecemasan yang berarti. Timbulnya kecemasan ini terjadi karena adanya faktor faktor atau sumber yang dianggap sebagai ancaman atau membahayakan individu itu sendiri. Jika perasaan cemas yang dialami sesorang berlebihan maka dapat menggangu sebagian sistem tubuh dan dapat membahayakan orang tersebut. Umumnya individu akan merasa cemas ketika ada suatu masalah yang perlu diselesaikan dengan segera.

Asumsi peneliti bahwa pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan pijat oksitosin, tidak ada perubahan pada tingkat kecemasan pada pasien ibu post partum. Hal ini disebabkan karena pasien ibu post partum merasa cemas karena haraus mempersiapkan bayinya, harus memberikan ASI Eksklusif sampai 6 bulan. Oleh sebab itu sebagai perawat perlu menurunkan tingkat kecemasan tersebut dan mencegah agar tingkat kecemasan tidak semakin memberat dengan melakukan suatu tindakan keperawatan berupa pijat oksitosin salah satunya. Hal ini disebebkan karena dengan dilakukannnya pijat oksitosin ibu post partum dapat merasa nyaman, serta dapat membantu meningkatkan produksi ASI.

6. Tingkat kecemasan kelompok intervensi

Hasil dari penelitian menunjukkan perbedaan nilai rata-rata kecemasan sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi di tempat praktek bidan M, dimana sebelum perlakuan rata-rata 52,80 dengan nilai minimal 32 dan maksimal 65. Sedangkan sesudah perlakuan dengan rata-rata 15,60 dengan nilai minimal 29 dan maksimal 62.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Lily (2020) dengan yang menyatakan bahwa dengan adanya pijat oksitosin maka dapat membuat responden merasa relaksasi, hal ini terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan. Dimana kecemasan dapat diturunkan 2 poin dengan rata-rata tingkat kecemasan setelah perlakuan menjadi 8,50 dengan tingkat kecemasan terendah adalah 7,00 dan tingkat kecemasan tertinggi adalah 11,00.

Dasar teori yang disampaikan oleh Delima (2018) yang menyatakan bahwa pemberian tindakan

keperawatan dengan pijat oksitosin merupakan salah satu teknik yang dapat menurunkan kecemasan dan juga ketegangan. Pijat oksitosin dapat meningkatkan rasa nyaman, relaksasi, sehingga tercipta pikiran yang bersih, tenang sehingga dapat menurunkan pikiran yang obsesi, kecemasan (stres), depresi dan permusuhan.

Dari hasil penelitian, penelitian terdahulu, serta dasar teori yang ada maka dapat diasumsikan bahwa dengan adanya pemberian pijat oksitosin maka tingkat kecemasan pada pasien ibu post partum dapat diturunkan. Karena dengan pijat oksitosin dapat meningkatkan rasa nyaman, relaksasi. Hal ini diperlukan karena pasien ibu post partum dapat menimbulkan perasaan takut, kawatir akan kegiatan yang harus dilalui seperti mempersiapkan bayi, menyusui, memberikan ASI Eksklusif, dan lain sebagainya. Dengan adanya pijat oksitosin ini ini dapat membantu pasien post partum agar tenang, rileksasi sehingga membantu memunculkan energi positif agar pasien siap dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Analisa Bivariat

1. Pengaruh pijat oksitosin dengan tingkat kecemasan pada pasien ibu post partum di tempat praktek bidan M.

Berdasarkan tabel 5.5 hasil analisis pengaruh pijat oksitosin terhadap kecemasan pada ibu post partum kelompok intervensi dan kontrol dengan melihat rentang kecemasan tersebut. Dimana pada kelompok kontrol didapatkan rentang kecemasan dengan nilai rata-rata -0,2000 dengan standar deviasi 3,72191 dengan standar error 0,83224. Sedangkan pada kelompok intervensi rentang kecemasan didapatkan nilai rata-rata -6,3000 dengan standar deviasi 5,13092 dengan standar error 1,14731. Berdasarkan uji statistik diperoleh nilai p *value* < 0,05 (0,000) yang artinya ada perbedaan yang signifikan antara rentang kecemasan kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada ibu post partum. Artinya pemberian pijat oksitosin terbukti menurunkan kecemasan pada ibu post partum.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Fadhil (2018) yang menyatakan bahwa dengan adanya tindakan pijat oksitosin, terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan. Dimana sebelum diberikan perlakuan tingkat kecemasan dengan nilai 14,50 dengan tingkat kecemasan terendah adalah 10,00 dan tingkat kecemasan tertinggi adalah 18,00. Namun setelah perlakuan menjadi 8,50 dengan tingkat kecemasan terendah adalah 7,00 dan tingkat kecemasan tertinggi adalah 11,00.

Dasar teori yang disampaikan oleh Nurliawati (2018) yang menyatakan bahwa pijjat oksitosin merupakan salah satu teknik relaksasi yang dapat menurunkan kecemasan dan juga ketegangan. Pijat oksitosin juga dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum. Disebutkan juga bahwa sering memberikan pijat oksitosin maka dapat menurunkan pikiran yang obsesi, kecemasan (stres), depresi dan permusuhan.

Dari hasil penelitian, penelitian terdahulu, serta dasar teori yang ada maka dapat diasumsikan bahwa dengan adanya pemberian pijat oksitosin maka tingkat kecemasan pada pasien ibu post partum dapat diturunkan. Karena pijat oksitosin merupakan tehnik distraksi dan relaksasi sehingga pasien tidak merasa

tegang dapat dapat berfikir secara rasional. Hal ini diperlukan karena pasien ibu post partum secara otomatis dapat menimbulkan perasaan takut, kawatir akan masalah yang mungkin muncul setelah dilakukan persalinan. Dengan adanya pijat oksitosin ini dapat membantu pasien ibu post partum agar lebih tenang, rileksasi sehingga membantu memunculkan energi positif agar pasien siap dan mampu menjalani kehidupan sehari-hari.

2. Keterbatasan penelitian

Adapun keterbatasan yang peneliti temukan selama melakukan penelitian ini adalah peneliti mengalami keterbatasan dalam mendapatkan sampel yang harus diambil karena harus sesuai dengan kriteria inklusi yang peneliti inginkan, Peneliti dalam melakukan intervensi pemberian pendidikan kesehatan mengalami kesulitan karena beberapa responden kurang kooperarif karena terfokus pada rencana tindakan operasi yang akan dilakukannya.

KESIMPULAN

1. Diidentifikasi karakteristik responden, dimana pada kelompok kontrol sebagian besar usia 20-35 tahun sebanyak 56,7%, responden bekerja 45,8%, pendidikan SMA 54,2%, paritas anak 2 sebanyak 45,8%. Pada kelompok intervensi sebagian besar usia 20-35 tahun sebanyak 43,3%, responden tidak bekerja 54,2%, pendidikan SMA 45,8%, paritas 54,2%
2. Diidentifikasi tingkat kecemasan pada ibu post partum sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin pada kelompk kontrol di Praktik Mandiri Bidan M, dimana kecemasan rata-rata sebelum perlakuan 52,20 dan kecemasan sesudah perlakuan 52,30
3. Diidentifikasi tingkat kecemasan pada ibu post partum sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin pada kelompok intervensi di Praktik Mandiri Bidan M, dimana kecemasan rata-rata sebelum perlakuan 52,80 dan kecemasan sesudah perlakuan 46,50
4. Ada pengaruh pijat oksitosin dengan tingkat kecemasan pada ibu post antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol di Praktik Mandiri Bidan M, dengan nilai p-value < 0,05 (0,000).

Saran

1. Bagi Responden dan Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada ibu yang akan melahirkan dan ibu pasca melahirkan agar mengetahui tentang gambaran terjadinya tingkat kecemasan pada ibu post partum.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan penyuluhan tentang produksi ASI dan faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI yang menurun

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai bahan pertimbangan penting psikologis terhadap ibu

post partum

4. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan peneliti dan merupakan pengalaman berharga dalam melatih kemampuan peneliti dalam melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Astutik, Reni Yuli. (2018). *Payudara dan Laktasi*. Jakarta: Salemba Medika Bobak IM, Lowdermilk DL, Jensen MD. *Buku Ajar Keperawatan*

Astutik, Sri. (2018). *Determinan Pemberian ASI eksklusif Pada Ibu Menyusui*. Jurnal Health Quality.4 : 1 – 76.

Darwish A. 2021. *Enhanced recovery versus conventional care after cesarean section: Role of nursing.* Clinical Trials.gov 2021 Identifier: NCT04360382.

Febrina. (2019). *Pengaruh pijat oksitosin terhadap penurunan tingkat kecemasan di Puskesmas Mandiangin Bukittinggi 2019*. Jurnal Kedokteran Yarsi 26 (1): 027-033 (2019). feeding.http://www.who.int/news- room/detail/01-08-2019.

Hidayat, Alimul A.Azias. (2019). *MetodePenelitian Kebidanan dan Teknik Analisi Data*.Salemba Meedika : Jakarta Selatan.

Kemenkes. (2018). *Pusat data dan informasi kementrian kesehatan RI. Situasi dan Analisis ASI Eksklusif*. http:// www.kemenkes.go.id,

Kemenkes, Republik Indonesia (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Kemenkes RI, 154-66.

Kurniawaty J, Sudadi, Anindita MP. 2018. *Manajemen preoperatif pada protokol enhanced recovery after surgery (ERAS).* J Komp Anes 2018:5(2): 61-72

Lily Masriani. (2020). *Pengaruh antara pijat oksitosin pada ibu post partum dengan tingkat kecemasan ibu post partum Di Instalasi IMD RSSA Malang.* Jurnal Ilmiah Media Husada.

Mullman L, Hilden P, Goral J, Gwacham N, Tauro C, Spinola K, 2020. *Improved outcomes with an enhanced recovery approach to cesarean celivery.* Obstet Gynecol. 2020;136(4):685-691.

Maita. (2019). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas Di BPM Ernita, Amd Keb Pekanbaru.*

Musrifa, Sulaiman. (2018). *Pengaruh pijat oksitosin terhadap Kecemasan Ibu Postpartum di RSUD Sunan Kalijaga Demak*. Undip. Semarang. *13*(1), 10–17.

Naziroh, U. (2019). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Primipara Di Desa Segodong-bancang Kecamatan Tarik, Kabupaten Sidoarjo.*

Perinasia. (2019). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum Di BPM Meli R Palem-bang*. Jurnal Kesehatan Pembangunan Vol. 9.No. 17.

Panda S, Begley C, Daly D. 2018. *Clinicians views of factors influencing decision-making for caesarean section: a systematic review and metasynthesis of qualitative, quantitative and mixed methods studies.* PLoS ONE 2018;13: e0200941.

Risani Siska Edy Perdana. (2019). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Air Susu Ibu Pada Ibu Nifas Primipara Di Wilayah Kerja Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang.*

Sulastri. (2019). *Pengaruh Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran ASI di Kabupaten Jember*. Akademi Kebidanan Jember.

Sari, N. E. Khotimah, S. (2018). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui.* Bogor : IN MEDIA.

Yuli, Wijayanti. (2018). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post partum Di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta Tahun 2018*. Skripsi. STIKes'Aisyiyah Yogyakarta.

Wollny K, Corrigan C, Metcalfe A, Drobot A, Gilmour L, Wood S, 2021. *Maternal perceptions of cesarean delivery Care: A qualitative study to inform ERAS guideline development.* Birth. 2021;00:1-8