

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Suami

1. Pengertian Suami

Suami secara umum merupakan individu laki-laki yang terikat dalam hubungan pernikahan yang sah dengan seorang perempuan dan memiliki peran sebagai pasangan hidup dalam sistem keluarga. Dalam konteks sosial dan budaya, suami memiliki tanggung jawab sebagai kepala keluarga yang meliputi pemberian dukungan ekonomi, emosional, sosial, serta perlindungan terhadap anggota keluarga (Fahmi, 2023). Peran suami tidak hanya terbatas pada fungsi finansial, tetapi juga mencakup keterlibatan aktif dalam proses pengambilan keputusan keluarga, komunikasi interpersonal, serta pemeliharaan kesejahteraan fisik dan psikologis pasangan (Mustiyah, 2024).

Perkembangan konsep keluarga modern menempatkan suami sebagai mitra yang setara dalam hubungan pernikahan, termasuk dalam aspek kesehatan reproduksi dan kesehatan maternal (Fahmi, 2023). Suami diharapkan memiliki partisipasi aktif dalam mendukung kesehatan pasangan selama masa prakonsepsi, kehamilan, persalinan, hingga masa nifas. Keterlibatan suami dalam pelayanan kesehatan reproduksi terbukti dapat meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan bayi melalui pemberian dukungan emosional, motivasi, serta bantuan praktis dalam perawatan sehari-hari (Adib dkk., 2024).

Suami ibu nifas merupakan pasangan laki-laki dari seorang perempuan yang sedang berada pada masa nifas, yaitu periode setelah persalinan hingga organ reproduksi kembali pada kondisi sebelum hamil (Ngulum dkk., 2024). Masa nifas

merupakan fase adaptasi fisiologis dan psikologis yang penting bagi ibu, sehingga membutuhkan dukungan yang optimal dari lingkungan keluarga, terutama suami sebagai pendamping utama. Peran suami pada masa nifas mencakup pemberian dukungan emosional, membantu aktivitas perawatan bayi, mendukung keberhasilan menyusui, serta memastikan ibu mendapatkan istirahat yang cukup dan perawatan kesehatan yang memadai (Amalia dan Andaryuni, 2024).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat peneliti simpulkan bahwa suami merupakan pasangan laki-laki dalam hubungan pernikahan yang memiliki peran penting dalam sistem keluarga, tidak hanya sebagai pencari nafkah tetapi juga sebagai pemberi dukungan emosional, sosial, dan psikologis bagi pasangan. Konsep keluarga modern menempatkan suami sebagai mitra yang setara yang berperan aktif dalam mendukung kesehatan reproduksi dan kesehatan maternal. Dalam konteks masa nifas, suami memiliki peran strategis sebagai pendamping utama yang memberikan dukungan fisik dan emosional, membantu perawatan bayi, serta mendukung keberhasilan menyusui dan proses pemulihan ibu setelah persalinan.

2. Dukungan Suami

Dukungan suami merupakan bentuk bantuan yang diberikan oleh suami kepada istri dalam bentuk emosional, fisik, sosial, maupun informasional yang bertujuan meningkatkan kesejahteraan dan kesehatan pasangan (Samil dan Misbahuzzulam, 2023). Dukungan yang dapat diberikan seorang suami menurut Nugroho (2025) adalah sebagai berikut:

a. Dukungan Emosional

Dukungan emosional merupakan bentuk perhatian, kasih sayang, empati, serta penerimaan yang diberikan suami kepada istri. Dukungan ini mencakup kemampuan suami dalam memberikan rasa aman, kenyamanan, dan motivasi kepada ibu nifas. Kondisi emosional ibu setelah persalinan sering mengalami perubahan akibat faktor hormonal dan kelelahan fisik. Kehadiran suami yang memberikan dukungan emosional mampu membantu mengurangi kecemasan, meningkatkan suasana hati, serta mendukung keberhasilan proses menyusui (Nugroho dkk., 2025).

b. Dukungan Instrumental (Fisik)

Dukungan instrumental merupakan bantuan nyata yang diberikan suami dalam bentuk tindakan langsung. Bentuk dukungan ini meliputi membantu perawatan bayi, membantu aktivitas sehari-hari ibu, serta terlibat dalam intervensi kesehatan sederhana seperti pijat oksitosin. Partisipasi aktif suami dalam memberikan bantuan fisik dapat meringankan beban ibu nifas sehingga proses pemulihan berlangsung lebih optimal (Nugroho dkk., 2025).

c. Dukungan Informasional

Dukungan informasional berkaitan dengan kemampuan suami dalam memberikan informasi, saran, maupun edukasi yang relevan dengan kondisi kesehatan ibu. Suami yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai masa nifas dan teknik perawatan ibu dapat membantu ibu dalam mengambil keputusan yang tepat. Pengetahuan mengenai pijat oksitosin, manfaatnya, serta teknik pelaksanaannya termasuk dalam bentuk dukungan informasional yang dapat meningkatkan keberhasilan menyusui (Nugroho dkk., 2025).

d. Dukungan Penilaian (*Appraisal Support*)

Dukungan penilaian merupakan bentuk umpan balik positif yang diberikan suami kepada istri, seperti memberikan penghargaan, penguatan, dan dorongan terhadap usaha ibu dalam merawat bayi dan menyusui. Bentuk dukungan ini membantu meningkatkan kepercayaan diri ibu serta memperkuat motivasi dalam menjalani peran sebagai ibu baru (Nugroho dkk., 2025).

3. Peran Suami

Peran suami dalam keluarga memiliki dampak yang luas terhadap kesejahteraan anggota keluarga, kualitas hubungan pasangan, serta kesehatan ibu dan anak (Nugroho dkk., 2025). Peran-peran suami menurut Sidiqoh dan Ashari (2023) dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

a. Memberikan Dukungan Emosional dan Psikologis

Suami berfungsi sebagai sumber dukungan emosional bagi istri dengan memberikan perhatian, kasih sayang, dan rasa aman. Dukungan ini membantu mengurangi stres, kecemasan, dan ketegangan psikologis yang muncul pada ibu pasca-persalinan. Kehadiran suami yang responsif terhadap kebutuhan emosional istri menciptakan suasana keluarga yang harmonis dan mendukung kesehatan mental ibu (Sidiqoh dan Ashari, 2023).

b. Membantu Aktivitas Rumah Tangga dan Tanggung Jawab Keluarga

Suami berperan dalam membantu pekerjaan rumah tangga, mengatur kebutuhan rumah tangga, dan meringankan beban istri. Keterlibatan ini memungkinkan ibu lebih fokus pada pemulihan fisik, menyusui, dan perawatan bayi. Peran ini juga menumbuhkan rasa tanggung jawab bersama dalam membangun keluarga yang seimbang dan harmonis (Sidiqoh dan Ashari, 2023).

c. Menjadi Pendamping dalam Pengambilan Keputusan Keluarga

Suami berpartisipasi aktif dalam proses pengambilan keputusan, termasuk terkait kesehatan ibu dan anak, pendidikan anak, serta pengelolaan rumah tangga. Keterlibatan suami dalam pengambilan keputusan membantu memastikan keputusan yang diambil bersifat tepat, rasional, dan bermanfaat bagi seluruh anggota keluarga (Sidiqoh dan Ashari, 2023).

d. Meningkatkan Keterlibatan Keluarga dalam Kehidupan Rumah Tangga

Suami berperan sebagai mediator dan motivator yang mendorong anggota keluarga lain untuk memberikan dukungan yang diperlukan. Peran ini menciptakan lingkungan keluarga yang kondusif bagi pertumbuhan anak, kesehatan ibu, dan keharmonisan rumah tangga secara keseluruhan (Sidiqoh dan Ashari, 2023).

e. Meningkatkan Kesehatan dan Kesejahteraan Istri

Suami memiliki tanggung jawab untuk mendukung kondisi fisik, psikologis, dan sosial istri, khususnya selama masa nifas. Dukungan ini mencakup pemberian perhatian, motivasi, serta bantuan dalam perawatan sehari-hari agar ibu dapat pulih secara optimal setelah persalinan. Kesejahteraan istri yang didukung suami akan berdampak positif terhadap pemulihan fisiologis, stabilitas emosional, dan keberhasilan menyusui, termasuk stimulasi hormon oksitosin yang dapat dipengaruhi oleh lingkungan yang nyaman dan suportif (Sidiqoh dan Ashari, 2023). Suami berperan aktif dalam mendukung ibu untuk menyusui, mulai dari membantu ibu memahami teknik menyusui yang benar hingga menciptakan suasana yang kondusif bagi bayi. Suami juga dapat membantu perawatan bayi, seperti memandikan, mengganti popok, dan mendampingi ibu saat memberikan ASI. Keterlibatan suami dalam perawatan anak memperkuat ikatan emosional keluarga

dan meningkatkan kualitas interaksi antara orang tua dan bayi. Suami wajib meningkatkan pengetahuan mengenai pemberian intervensi kesehatan kepada istrinya, khususnya ibu nifas, dengan memahami teknik dan manfaat pijat oksitosin untuk mendukung pemulihan fisiologis, kenyamanan psikologis, dan keberhasilan proses menyusui (Fahmi, 2023).

B. Konsep Tingkat Pendidikan

1. Pengertian Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan merupakan jenjang formal yang ditempuh seseorang dalam sistem pendidikan, mulai dari pendidikan dasar hingga pendidikan tinggi, yang berfungsi untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, sikap, dan kompetensi individu (Khanif dan Mahmudiono, 2023). Pendidikan sebagai jenjang formal dibedakan berdasarkan kurikulum, lama pendidikan, serta tujuan yang ingin dicapai, baik dalam ranah kognitif, afektif, maupun psikomotorik (Pristiwanti dkk., 2022).

Tingkat pendidikan merupakan urutan jenjang belajar yang ditempuh seseorang dalam sistem pendidikan formal, mulai dari tahap awal hingga perguruan tinggi, dengan tujuan meningkatkan kemampuan berpikir, penguasaan ilmu, dan keterampilan profesional. Setiap jenjang memiliki fokus dan metode pembelajaran yang berbeda sehingga membentuk kapasitas individu dalam menganalisis, mengevaluasi, dan menerapkan informasi secara sistematis (Junita dan Mukmin, 2022). Pada tahap pendidikan dasar, penekanan diberikan pada keterampilan dasar seperti literasi dan numerasi serta pengembangan kemampuan sosial. Tahap pendidikan menengah mengutamakan pengembangan pemikiran kritis, pengetahuan bidang studi tertentu, dan kesiapan memasuki dunia kerja atau

pendidikan lanjutan. Tahap pendidikan tinggi berfokus pada penguasaan keilmuan yang mendalam, kemampuan penelitian, pemecahan masalah kompleks, dan kompetensi profesional yang spesifik (Pay, 2023).

Tingkat pendidikan sebagai jenjang pendidikan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan individu dalam menerima, memahami, dan menerapkan informasi (Tua dan Mardhiyah, 2022). Pendidikan yang lebih tinggi memungkinkan seseorang memiliki kemampuan analisis, literasi kesehatan, serta akses terhadap sumber informasi yang lebih luas. Dalam konteks kesehatan maternal, tingkat pendidikan suami dapat memengaruhi pengetahuan dan keterampilan dalam memberikan dukungan kepada istri, termasuk intervensi kesehatan seperti pijat oksitosin pada ibu nifas (Silalahi dkk., 2023).

Berdasarkan pengertian di atas dapat peneliti simpulkan bahwa tingkat pendidikan merupakan jenjang formal yang ditempuh seseorang untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, sikap, dan kompetensi. Setiap jenjang memiliki karakteristik, fokus, dan metode pembelajaran berbeda yang membentuk kemampuan individu dalam menganalisis, mengevaluasi, dan menerapkan informasi. Pendidikan tinggi memberikan kapasitas analisis, literasi, dan akses terhadap sumber informasi lebih luas. Peran tingkat pendidikan suami penting dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan untuk mendukung kesehatan istri, termasuk pelaksanaan pijat oksitosin pada ibu nifas.

2. Klasifikasi Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan dapat diklasifikasikan menjadi beberapa jenjang formal yang ditempuh individu, masing-masing memiliki tujuan, fokus pembelajaran, dan

kompetensi yang ingin dicapai (Jumi dkk., 2022). Jenjang-jenjang pendidikan menurut (Khanif dan Mahmudiono, 2023) meliputi:

a. Pendidikan Dasar

Pendidikan dasar yang mencakup jenjang Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan tahap fundamental dalam pembentukan pengetahuan, keterampilan, dan sikap peserta didik. Materi pembelajaran secara umum meliputi kemampuan literasi, yaitu membaca, menulis, serta berkomunikasi secara efektif, dan kemampuan numerasi yang mencakup keterampilan berhitung serta pemecahan masalah sederhana. Pembelajaran juga mencakup pengenalan ilmu pengetahuan tentang alam, lingkungan, dan kehidupan sosial sebagai dasar pemahaman konseptual peserta didik. Pada jenjang yang lebih tinggi, materi dikembangkan secara lebih sistematis dan mendalam guna meningkatkan kemampuan berpikir kritis, logis, dan kreatif. Pendidikan dasar turut menekankan pembentukan karakter, seperti disiplin, tanggung jawab, kejujuran, serta kemampuan bekerja sama. Keseluruhan proses tersebut berperan sebagai landasan utama bagi peserta didik dalam melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi serta menghadapi tuntutan kehidupan sehari-hari secara adaptif dan bertanggung jawab (Khanif dan Mahmudiono, 2023).

b. Pendidikan Menengah

Pendidikan menengah yang mencakup Sekolah Menengah Atas (SMA) dan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan tahap lanjutan yang berfokus pada pendalaman pengetahuan, pengembangan keterampilan, serta pembentukan kesiapan peserta didik untuk melanjutkan pendidikan atau memasuki dunia kerja. Materi pembelajaran pada jenjang SMA bersifat akademik dan teoritis, meliputi

pendalaman ilmu pengetahuan seperti matematika, ilmu pengetahuan alam, ilmu pengetahuan sosial, serta bahasa, dengan penekanan pada kemampuan analisis, berpikir kritis, dan pemecahan masalah. Pada jenjang SMK, pembelajaran diarahkan pada penguasaan kompetensi kejuruan yang spesifik sesuai bidang keahlian, disertai dengan praktik kerja dan pengembangan keterampilan teknis. Kedua jalur pendidikan tersebut juga menekankan pembentukan karakter, kemandirian, tanggung jawab, serta kemampuan komunikasi dan kerja sama. Pendidikan menengah berperan penting dalam mempersiapkan peserta didik agar mampu beradaptasi dengan tuntutan pendidikan tinggi maupun kebutuhan dunia kerja secara profesional dan kompeten (Khanif dan Mahmudiono, 2023).

c. Pendidikan Tinggi

Pendidikan tinggi meliputi program Diploma, Sarjana (S1), Magister (S2), dan Doktor (S3). Pendidikan pada jenjang ini berfokus pada penguasaan ilmu secara mendalam, penelitian, pemecahan masalah kompleks, serta kompetensi profesional sesuai bidang studi. Pendidikan tinggi mendorong pengembangan kemampuan analisis, evaluatif, inovasi, dan penerapan teori dalam praktik profesional (Khanif dan Mahmudiono, 2023).

3. Manfaat Tingkat Pendidikan Tinggi

Pendidikan memberikan berbagai manfaat yang dapat meningkatkan kapasitas individu secara kognitif, profesional, dan sosial (Khanif dan Mahmudiono, 2023). Beberapa manfaat utama dari pendidikan menurut Pristiwanti (2022) meliputi:

a. Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia

Tingkat pendidikan berperan dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia melalui penguasaan pengetahuan dan keterampilan yang lebih baik. Pendidikan yang lebih tinggi memungkinkan individu memiliki kemampuan berpikir kritis, analitis, dan sistematis dalam menghadapi berbagai permasalahan (Pristiwanti dkk., 2022).

b. Peningkatan Peluang Kerja dan Kesejahteraan Ekonomi

Tingkat pendidikan berkontribusi terhadap peningkatan peluang kerja dan kesejahteraan ekonomi. Individu dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki akses yang lebih luas terhadap lapangan pekerjaan serta potensi pendapatan yang lebih baik (Pristiwanti dkk., 2022).

c. Pembentukan Pola Pikir dan Perilaku

Tingkat pendidikan memengaruhi pola pikir dan perilaku individu dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan yang memadai mendorong terbentuknya sikap rasional, terbuka, dan mampu mengambil keputusan secara tepat (Pristiwanti dkk., 2022).

d. Peningkatan Kesadaran Sosial

Tingkat pendidikan berperan dalam meningkatkan kesadaran sosial dan partisipasi dalam masyarakat. Individu yang berpendidikan cenderung lebih aktif dalam kegiatan sosial serta memiliki kepedulian terhadap lingkungan sekitar (Pristiwanti dkk., 2022).

e. Kemampuan Memahami Pengetahuan Kesehatan

Tingkat pendidikan mendukung peningkatan kualitas kesehatan dan kesejahteraan hidup. Pengetahuan yang diperoleh melalui pendidikan membantu individu memahami pentingnya pola hidup sehat serta mampu mengambil keputusan yang berkaitan dengan kesehatan secara tepat (Junita dan Mukmin, 2022).

C. Konsep Tingkat Pengetahuan tentang Pijat Oksitosin

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah sebagai suatu pembentukan yang terus menerus oleh seseorang yang setiap saat mengalami reorganisasi karena adanya pemahaman-pemahaman baru. Pengetahuan tiap orang akan berbeda-beda tergantung dari bagaimana pengindraannya masing-masing terhadap objek atau sesuatu (Indriani, dkk. 2025). Panca indra manusia guna penginderaan terhadap objek yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan perabaan. Pada waktu penginderaan untuk menghasilkan pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Pengetahuan seseorang sebagian besar diperoleh melalui indra pendengaran dan indra penglihatan (Atiqa dan Fachruddin, 2025).

Pengetahuan merupakan bagian perilaku kesehatan. Menurut Susanti (2021) jenis pengetahuan di antaranya sebagai berikut :

- a. Pengetahuan implisit adalah pengetahuan yang masih tertanam dalam bentuk pengalaman seseorang dan berisi faktor-faktor yang tidak bersifat nyata seperti keyakinan pribadi, perspektif, dan prinsip. Pengetahuan seseorang biasanya sulit untuk ditransfer ke orang lain baik secara tertulis ataupun lisan.

Pengetahuan implisit sering kali berisi kebiasaan dan budaya bahkan bisa tidak disadari.

- b. Pengetahuan eksplisit adalah pengetahuan yang telah didokumentasikan atau disimpan dalam wujud nyata, bisa dalam wujud perilaku kesehatan. Pengetahuan nyata dideskripsikan dalam tindakan-tindakan yang berhubungan dengan kesehatan.

2. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terbentuk setelah seseorang melakukan pengeinderaan terhadap suatu obyek tertentu (Indriani, dkk. 2025). Yuliana dan Hakim (2020) mengemukakan bahwa pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan, yaitu:

- a. Pengetahuan (*Knowledge*)

Sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Adapun yang termasuk pengetahuan ini adalah bahan yang dipelajari/rangsang yang diterima.

- b. Memahami (*Comprehention*)

Sebagai suatu kemampuan menjelaskan secara benar tentang obyek yang diketahui dan dapat meng-interpretasikan suatu materi tersebut secara benar.

- c. Aplikasi (*Aplication*)

Sebagai suatu kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya (riil). Aplikasi disini dapat diartikan penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks lain.

d. Analisis (*Analysis*)

Suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu obyek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam kaitannya suatu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata-kata kerja.

e. Sintesis (*Synthesis*)

Merujuk pada suatu kemampuan untuk menjelaskan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Bisa diartikan juga sebagai kemampuan untuk menyusun formasi baru dari formasi-formasi yang ada.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Kemampuan untuk melaksanakan penelitian terhadap suatu obyek. Penelitian ini berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Pengetahuan individu dipengaruhi oleh berbagai faktor yang menentukan kemampuan seseorang dalam menerima, memahami, dan menerapkan informasi. Faktor-faktor ini dapat bersifat internal maupun eksternal dan berperan penting dalam membentuk kualitas pengetahuan, sikap, serta perilaku dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam konteks kesehatan. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan menurut Regita (2025) antara lain:

a. Tingkat Pendidikan

Pendidikan adalah upaya untuk memberikan pengetahuan sehingga terjadi perubahan perilaku positif yang meningkat.

b. Informasi

Seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas.

c. Budaya

Tingkah laku manusia atau kelompok manusia dalam memenuhi kebutuhan yang meliputi sikap dan kepercayaan.

d. Pengalaman

Sesuatu yang pernah dialami seseorang akan menambah pengetahuan tentang sesuatu yang bersifat informal.

4. Pengertian Pijat Oksitosin

Pijat oksitosin merupakan teknik pemijatan pada area tulang punggung, dimulai dari tulang rusuk ke-5 dan ke-6 hingga ke tulang belikat (Ismanti dan Musfirowati, 2021). Pemijatan ini bertujuan untuk merangsang aktivitas saraf parasimpatis, yaitu saraf yang berasal dari medulla oblongata dan daerah sakrum pada medula spinalis. Rangsangan ini mendorong kelenjar hipofisis bagian belakang untuk melepaskan hormon oksitosin (Putri dkk., 2025). Hormon ini kemudian memicu kontraksi otot polos di sekitar saluran ASI (duktus laktiferus) pada kelenjar payudara, sehingga meningkatkan kontraksi sel-sel mioepitel dan membantu memperlancar pengeluaran ASI dari kelenjar payudara (Satiyem dan Murtiningsih, 2024).

Pijat oksitosin merupakan salah satu metode yang efektif dalam mempercepat dan melancarkan produksi air susu ibu (ASI), yang dilakukan melalui teknik pemijatan sepanjang tulang belakang hingga mencapai tulang rusuk kelima

atau keenam (Wardhani dan Wulandari, 2024). Selain berfungsi dalam stimulasi produksi ASI, pijat ini juga memberikan efek relaksasi dan kenyamanan bagi ibu pasca persalinan, sehingga membantu menjaga kestabilan sekresi hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan penting dalam proses laktasi (Rahmatia dkk., 2022).

Pijat oksitosin tidak terbatas dilakukan oleh tenaga kesehatan, melainkan juga dapat dilakukan oleh suami maupun anggota keluarga lainnya (Nurainun dan Susilowati, 2021). Tenaga kesehatan berperan dalam memberikan edukasi dan pelatihan kepada keluarga agar mereka dapat membantu ibu melakukan pijat oksitosin secara mandiri di rumah, mengingat teknik pemijatan ini relatif sederhana dan mudah dipraktikkan (Setianingrum dan Wulandari, 2023).

Berdasarkan pengertian diatas peneliti menyimpulkan bahwa pijat oksitosin merupakan teknik sederhana namun efektif untuk membantu melancarkan dan meningkatkan produksi ASI. Melalui stimulasi saraf parasimpatis, pijatan ini merangsang pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam kontraksi saluran ASI. Selain itu, pijat oksitosin memberikan rasa nyaman dan relaksasi bagi ibu pasca persalinan, serta dapat dilakukan tidak hanya oleh tenaga kesehatan, tetapi juga oleh suami atau anggota keluarga lainnya setelah mendapatkan edukasi yang tepat.

5. Tujuan Pijat Oksitosin

Pijat oksitosin merupakan suatu teknik pemijatan yang dilakukan pada area punggung dan tengkuk ibu dengan tujuan merangsang sekresi hormon oksitosin (Fara dkk., 2022). Pijat oksitosin bertujuan untuk mempercepat dan memperlancar pengeluaran ASI. Tujuan utama dari pijat oksitosin adalah untuk menstimulasi pelepasan hormon oksitosin agar proses laktasi pada ibu pascapersalinan

berlangsung dengan optimal (Nelina dan Maria, 2024). Teknik pelaksanaannya dilakukan dengan memijat dari tulang leher pertama hingga tulang belikat, baik menggunakan minyak maupun tidak, dan dapat dilakukan dalam posisi duduk atau berbaring, sesuai kenyamanan ibu (Hidayah dan Anggraini, 2023).

Selain untuk melancarkan laktasi, pijat oksitosin juga memiliki tujuan lain seperti mengurangi ketegangan dan stres pasca melahirkan, meningkatkan rasa nyaman dan relaksasi pada ibu, mendukung proses pemulihan fisik setelah persalinan, serta memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi melalui keberhasilan menyusui (Widyawati dan Sari, 2022). Teknik pijat oksitosin dilakukan dengan memijat dari tulang leher pertama (servikal) hingga ke tulang belikat, menggunakan minyak atau tanpa minyak, dan dapat dilakukan dalam posisi duduk maupun berbaring, tergantung pada kenyamanan ibu (Dewi dkk., 2023). Pijat oksitosin bersifat sederhana dan dapat diajarkan kepada anggota keluarga, sehingga tidak selalu harus dilakukan oleh tenaga kesehatan (Wardhani dan Wulandari, 2024).

6. Manfaat Pijat Oksitosin

Manfaat pijat oksitosin bagi ibu nifas dan ibu menyusui menurut (Wahyuningtyas, 2020) dapat memberikan berbagai manfaat dalam proses menyusui, karena kinerjanya yang dapat merangsang kinerja hormon oksitosin, diantaranya:

- a. Memberikan rasa nyaman bagi ibu setelah proses persalinan.
- b. Mengurangi keluhan nyeri pada area tulang belakang pasca persalinan.
- c. Menstimulasi pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam proses laktasi.

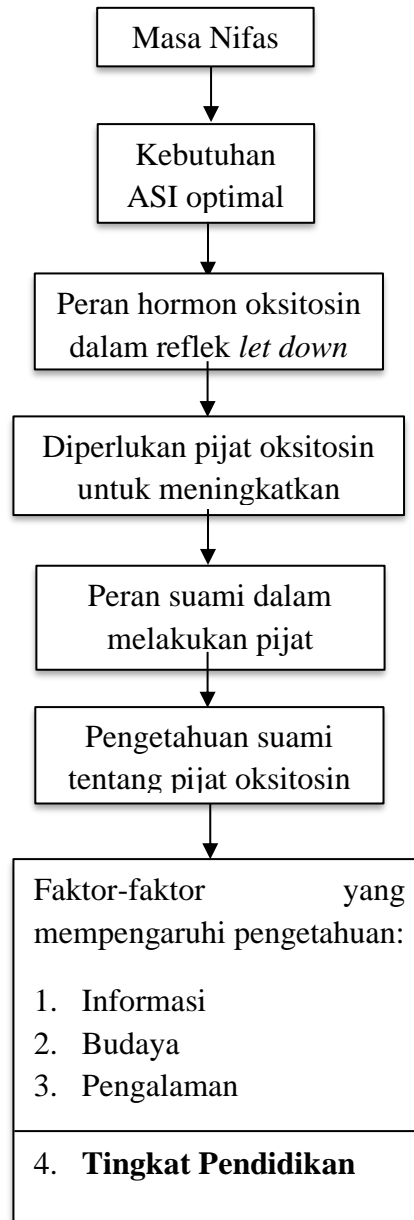
- d. Mendukung kelancaran produksi air susu ibu (ASI).
- e. Mempercepat proses involusi uterus, sehingga membantu mengurangi risiko perdarahan pasca persalinan.
- f. Mencegah terjadinya perdarahan nifas.
- g. Meningkatkan ikatan psikologis antara ibu dengan anggota keluarga.

7. Prosedur Pijat Oksitosin

Pijat oksitosin dapat dilakukan kapan saja dalam 24 jam pertama setelah ibu melahirkan, pada masa di mana klien sudah dapat melakukan mobilisasi seperti duduk dan mulai belajar berjalan. Menurut Nurainun dan Susilowati (2021) prosedur yang perlu diperhatikan dalam pelaksanaan pijat oksitosin antara lain:

- a. Ibu duduk di atas tempat tidur atau duduk dengan posisi menunduk yang dibantu oleh bantal, atau miring ke salah satu sisi tubuh.
- b. Bra dan pakaian yang dikenakan oleh ibu dibuka, kemudian ditutupi kembali dengan handuk untuk menjaga privasi dan kenyamanan.
- c. Peneliti mengoleskan minyak kelapa atau baby oil pada telapak tangan sebagai pelumas untuk pemijatan.
- d. Peneliti melakukan pijat oksitosin pada area tulang belakang dengan gerakan searah jarum jam, dari arah bawah ke atas, selama kurang lebih 15 menit.
- e. Selanjutnya, peneliti menginstruksikan keluarga, khususnya pasangan, untuk melanjutkan praktik pijat oksitosin ini sebagai intervensi rutin, yaitu dua kali sehari selama 15 menit.
- f. Evaluasi terhadap produksi ASI dilakukan setelah tujuh hari pelaksanaan intervensi tersebut.

D. Kerangka Teori



Gambar 1 Kerangka Teori

Sumber: (Fitriana dkk., 2024; Khanif dan Mahmudiono, 2023; Mustiyah, 2024; Setianingrum dan Wulandari, 2023)