

PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PERCEPATAN INVOLUSI UTERI PADA IBU POST PARTUM

Nur Laela¹, Chandra Ariani Saputri², Fitriani³, Resmawati⁴, Reski Ulpayani⁵

^{1,2,3,4,5}Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap

Email : elha1338@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Perdarahan postpartum merupakan masalah utama diseluruh dunia dan masih merupakan penyebab utama kematian ibu. Salah satu penyebab perdarahan post partum sekunder adalah sub involusi rahim. Subinvolusi rahim adalah kondisi permanen, atau involusi tertunda yang ditandai karena adanya penurunan tinggi fundus uteri secara perlahan, sehingga diperlukan perlakuan untuk mempercepat involusi uteri seperti senam nifas dan pijat oksitosin.

Tujuan: penelitian ini adalah Untuk mengetahui Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Percepatan Involusi Uteri pada ibu post-partum di RSUD KH Hayyung Kabupaten Kepulauan Selayar. **Metode:** Jenis penelitian pre-experiment design dengan rancangan the static group comparison. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu post-partum dengan jumlah sampel 20 orang dengan Teknik pengambilan sampel non probability sampling. **Hasil:** uji statistic Wilcoxon pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol didapatkan nilai pre-test dan post-test variable penurunan TFU yaitu 11,68 dan 4,08 dengan penurunan nilai mean sebesar 7,6 dengan hasil uji statistic menggunakan uji Wilcoxon mendapatkan hasil p-value 0,005 (<0,05). Hal tersebut berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara penurunan TFU pre-test dan post-test (H_0 =ditolak). **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap percepatan involusi uteri pada ibu post-partum di RSUD KH Hayyung Kabupaten Kepulauan Selayar.

Kata kunci : Involusi uteri, pijat oksitosin, dan post partum

ABSTRACT

Background: Postpartum hemorrhage is a major problem throughout the world and is still the main cause of maternal death. One of the causes of secondary post partum bleeding is uterine subinvolution. Uterine subinvolution is a permanent condition, or delayed involution which is characterized by a gradual decrease in the height of the uterine fundus, so treatment is needed to accelerate uterine involution such as postpartum exercises and oxytocin massage.

Objective: This research is to determine the effect of oxytocin massage on the acceleration of uterine involution in post-partum mothers at KH Hayyung Hospital, Selayar Islands Regency.

Method: This type of research is pre-experiment design with a static group comparison design. The population in this study was post-partum mothers with a sample size of 20 people using a non-probability sampling technique. **Results:** Wilcoxon statistical test in the intervention group and control group showed that the pre-test and post-test variable values for decreasing TFU

were 11.68 and 4.08 with a decrease in the mean value of 7.6 with the results of statistical tests using the Wilcoxon test resulting in a p-value of 0.005 (<0.05). This means that there is a significant difference between the decrease in TFU pre-test and post-test (H_0 =rejected). **Conclusion:** There is an effect of oxytocin massage on accelerating uterine involution in postpartum mothers at KH Hayyung Hospital, Selayar Islands Regency. **Key words:** Uterine involution, oxytocin massage, and post partum

PENDAHULUAN

Meningkatkan kesehatan ibu dan anak merupakan tantangan global saat ini, hal ini merupakan bagian dari target tujuan pembangunan berkelanjutan *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang bertujuan untuk menjalin kehidupan yang sehat dan meningkatkan kesejahteraan penduduk segala usia. Salah satu indikator *Sustainable Development Goals* (SDGs) yaitu menurunkan AKI menjadi 70 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2030. Menurut *World Health Organization* (WHO) rasio kematian Ibu (AKI) global adalah sebanyak 303.000 kematian. Rasio Kematian Ibu (AKI) di ASEAN yaitu sebesar 235 per 100.000 kelahiran hidup (Khasanah, 2023).

Data AKI di Indonesia menjadi perhatian pemerintah karena angka kematian ibu terus meningkat. Berdasarkan data Sensus Penduduk 2020, angka kematian ibu melahirkan mencapai 189 per 100.000 kelahiran hidup. Berdasarkan data dari *Maternal Perinatal Death Notification* (MPDN), sistem pencatatan kematian ibu Kementerian Kesehatan, pada tahun 2022 jumlah kematian ibu mencapai 4.005 dan di tahun 2023 meningkat menjadi 4.129 (Sinta Harahap et al., 2024).

Berdasarkan profil pelayanan kesehatan sulawesi selatan (2021) AKI dilaporkan sebesar 133 atau 85,95 per 100.000 kelahiran hidup dan dimana 22% ibu hamil, 23% ibu bersalin dan

55% ibu nifas. Berdasarkan pelayanan kesehatan kabupaten kepulauan selayar (2021) AKI sebanyak 2 orang (Dinas Kesehatan Kepulauan Selayar, 2022).

Penyebab kematian ibu ada dua faktor, yaitu faktor penyebab langsung dan tidak pelayanan langsung. Penyebab langsung adalah kematian yang terjadi akibat adanya komplikasi pada seorang wanita selama kehamilan, persalinan dan bukan akibat kecelakaan. Berdasarkan penyebab AKI di Indonesia pada tahun 2021 menurut Kemenkes RI (2022) terdapat 1330 kasus perdarahan (Rohati & Siregar, 2023).

Pendarahan disebabkan karena terjadinya sub involusi rahim. Sub involusi rahim adalah kondisi permanen, atau involusi tertunda yang ditandai karena adanya penurunan tinggi fundus uteri secara perlahan, peningkatan periode drainase lochia, dan perdarahan uterus yang berlebihan disertai perdarahan yang banyak. Penelitian yang dilakukan oleh (Khatimah et al., 2022) menunjukkan bahwa salah satu tanda bahaya pada masa nifas adalah adanya sub involusi karena sisa plasenta.

Menyuntikkan oksitosin pada kala 3 dan 4 persalinan dapat membantu mencegah terjadinya perdarahan pasca persalinan. Dalam involusi uterus hormon oksitosin berperan penting untuk mengendalikan perdarahan postpartum dengan meningkatkan kontraksi serta retraksi serat miometrium yang kuat. Hormon oksitosin bisa didapatkan

dengan berbagai cara, antara lain- baik secara oral, intranasal, intramuskular, atau dengan pijatan yang merangsang pelepasan hormon oksitosin (Sari, 2020).

Perawatan pijatan berulang dapat meningkatkan produksi hormon oksitosin. Tindakan ini dilakukan dengan pemijatan tulang belakang mulai dari saraf kelima sampai keenam hingga tulang belikat, yang dapat merangsang kerja saraf parasimpatis dan mengirimkan perintah ke bagian belakang otak agar melepaskan hormon oksitosin sehingga dapat berkontraksi untuk melakukan proses involusi secara optimal yang dapat mempengaruhi keberhasilan involusi uterus (Evayanti et al., 2020). Oksitosin juga disintesis oleh neuron parvoselular dari nucleus paraventricular di berbagai arah sistem saraf pusat, termasuk sumsum tulang belakang. Di tulang belakang mempunyai saluran yang mampu melepaskan *oxytocinergic* yang bertanggungjawab untuk mengikat hormon oksitosin, pada lapisan permukaan *dorsal horn* daerah otonom salah satu latihan yang dapat dilakukan adalah senam nifas (Ifayanti & Indriani, 2021).

Involusi uterus merupakan proses uterus kembali pada keadaan semula. Masa nifas dimulai pada saat plasenta lahir sampai saat Rahim Kembali seperti semula atau seperti sebelum hamil, masa nifas 6-8 minggu. Pada saat masa nifas banyak perubahan fisik dan psikis (Yohana Sitorus et al., 2023).

Studi pendahuluan yang dilakukan di ruang nifas RSUD KH Hayyung Kabupaten kepulauan Selayar

bahwa pijat oksitosin belum dilakukan pada ibu post-partum. Pelayanan yang didapatkan ibu *post-partum* biasanya adalah perawatan payudara dan vulva hygiene serta pelayanan ibu nifas pada umumnya.

METODE

Jenis dan metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *Pre Experimental Design* dengan rancangan *The Static Group Comparison*. Penelitian ini dilakukan di ruang nifas RSUD KH Hayyung Kepulauan Selayar. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu *post partum* normal yang dirawat di ruang nifas RSUD KH Hayyung Kepulauan Selayar yang berjumlah 20 orang dengan menggunakan Teknik *purposive sampling*.

Penelitian dilakukan dengan membagi 2 kelompok yang terdiri dari ibu *post partum* kelompok intervensi dan ibu *post partum* kelompok kontrol. Kelompok intervensi terbagi 2 yaitu kelompok intervensi pijat oksitosin serta 1 kelompok kontrol. Kelompok intervensi dibagi kedalam kelompok yang diberikan pijat oksitosin 10 orang serta 10 orang kelompok kontrol sehingga berjumlah 20 orang responden. Penurunan TFU diukur dengan menggunakan pita centimeter dan analisis data menggunakan uji *wilcoson*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1
Karakteristik ibu *post partum*
berdasarkan usia

Karakteristik	Intervensi		Kontrol	
	(n)	%	(n)	%
Usia(tahun)				
<20	2	20%	0	0%
20-30	5	50%	6	60%
31-40	3	30%	4	40%
	10	100%	10	100%

Sumber : Data primer, 2024

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini adalah usia 20 – 30 tahun pada kelompok intervensi sebanyak 5 orang (50%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 6 orang (60%).

Tabel 2
Karakteristik ibu *post partum*
berdasarkan Pendidikan

Karakteristik	Intervensi		Kontrol	
	(n)	%	(n)	%
Pendidikan				
SMP	6	40%	0	0%
SMA/SMK	0	10%	3	30%
SARJANA	5	50%	7	70%
	10	100%	10	100%

Sumber : Data primer, 2024

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini berada pada kategori Pendidikan Sarjana pada kelompok intervensi sebanyak 5 orang (50%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 7 orang (70%). Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin mudah pula dalam menerima informasi terkait tanda-tanda bahaya masa nifas dan pijat oksitosin, begitupun sebaliknya.

Tabel 3
Uji willcoson pada ibu *post partum*
yang diberikan intervensi pijat
oksitosin dan kelompok kontrol

Hari	Uji wilcoxon			
	Intervensi	Kontrol	Selisih penurunan	p-value
	n (10)	n (10)		
	Mean ±sd	Mean ±sd		
H1	10,45 ±0,35	11,88 ±0,64	1,43	0,005
H2	8,96 ±0,53	10 ±0,56	1,04	0,005
H3	7,75 ±0,54	8,60 ±0,54	0,85	0,005
H4	6,52 ±0,50	7,5 ±0,47	0,98	0,005
H5	5,38 ±0,58	6,76 ±0,50	1,38	0,005
H6	4,08 ±0,75	6,6 ±0,67	2,52	0,005

Sumber : Data primer, 2024

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa penurunan rerata tinggi fundus uteri pada hari ke-1 pada kelompok intervensi adalah 10,45 cm dengan standar deviasi 0,35 cm, sedangkan rerata tinggi fundus uteri hari 1 pada kelompok kontrol adalah 11,88 cm dengan standar deviasi 0,64 cm. Pengukuran tinggi fundus uteri hari 1 antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol terdapat perbedaan 1,43 cm. Rerata tinggi fundus uteri pada hari ke-6 pada kelompok intervensi adalah 4,08 cm dengan standar deviasi 0,75 cm, sedangkan rerata tinggi fundus uteri hari ke-6 pada kelompok kontrol adalah 6,6 cm dengan standar deviasi 0,67 cm.

Pengukuran tinggi fundus uteri hari ke-6 antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol terdapat perbedaan 2,52 cm. Hasil uji statistic didapatkan nilai $p=0,005$ berarti terlihat ada perbedaan yang signifikan rata-rata tinggi fundus uteri antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 20 orang yang dijadikan

sebagai sampel, dengan 10 orang kelompok intervensi pijat oksitosin dan 10 orang kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi pijat oksitosin menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol didapatkan nilai pre-test dan post-test variabel penurunan TFU. Rata-rata TFU pre-test pada kelompok intervensi senam nifas 11,68 cm dengan rata-rata penurunan TFU post-test pada hari ke enam yaitu 4,08 cm sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata TFU *pre test* pada hari pertama 12,3 cm dan pada hari ke enam 6,6 cm. Berdasarkan hasil uji *wilcoxon* diperoleh yaitu *p-value* 0,005 (<0,05). Hal tersebut menunjukkan terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap percepatan involusi uteri pada ibu *post partum*.

Berdasarkan karakteristik usia 20-30 tahun merupakan periode yang aman untuk kehamilan dan persalinan atau masa reproduksi yang sehat, sehingga mengurangi terjadinya resiko kehamilan. Pada pasangan usia subur di anjurkan oleh pemerintah sebaiknya melahirkan pada usia umur 20-30 tahun. Umur menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi proses involusi uterus. Usia 20-35 tahun adalah usia yang sangat baik untuk terjadinya proses involusi yang baik. Hal tersebut dikarenakan karena factor elastisitas dari otot uterus meningkat, sehingga ibu dengan usia >35 tahun elastisitas ototnya mengalami pengurangan sehingga proses involusi uterusnya menjadi lambat (Jehaut et al., 2024).

Berdasarkan karakteristik Pendidikan adalah kegiatan seseorang dalam mengembangkan kemampuan, sikap, dan dalam membentuk tingkah laku atau pendidikan adalah bimbingan atau pertolongan yang diberikan oleh orang dewasa kepada perkembangan anak agar mencapai kedewasaan yang bertujuan supaya anak cukup baik dalam melaksanakan tugas hidupnya sendiri dan tidak memerlukan bantuan dari orang lain (Syahbani et al., 2021). Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka semakin mudah untuk menerima informasi, sehingga semakin banyak pula pengetahuan yang di miliki. Sebaliknya pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang dalam menerima informasi atau pengetahuan baru.

Selama masa nifas, proses involusi uterus berlangsung dimana terjadi pengembalian ukuran uterus ke kondisi sebelum kehamilan, dengan berat sekitar 60 gram. Proses ini dimulai segera setelah plasenta lahir dan dipengaruhi oleh kontraksi otot polos uterus. Involusi uterus membutuhkan perawatan khusus dan pengawasan agar kesehatan ibu kembali seperti sebelum hamil. Salah satu cara memantau involusi uterus adalah dengan mengamati Tinggi Fundus Uteri (TFU) dan derajat kontraksi uterus. Faktor-faktor yang mempengaruhi kontraksi uterus meliputi kadar Hb, kadar kalsium, volume intrauterin, menyusui, senam nifas, usia, paritas dan pijat oksitosin (Jehaut et al., 2024).

Pijat Oksitosin dalah pemijatan tulang belakang pada costa (tulang rusuk)

ke 5-6 sampai ke scapula (tulang belikat) yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis, saraf yang berpangkal pada medulla oblongata dan pada daerah sacrum dari medulla spinalis, merangsang hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin, oksitosin menstimulasi kontraksi sel-sel otot polos yang melingkari duktus laktiferus kelenjar mammae menyebabkan kontraktibilitas mioepitel payudara sehingga dapat meningkatkan pemancaran ASI dari kelenjar mammae (Syahbani et al., 2021).

Oksitosin merupakan suatu hormon yang dapat memperbanyak masuknya ion kalsium ke dalam intrasel. Sementara oksitosin akan bekerja menimbulkan kontraksi bila pada uterus telah ada reseptor oksitosin. Untuk merangsang hormon oksitosin dapat distimulasi melalui proses pijat oksitosin (Zebua et al., 2024). Hormon oksitosin berguna untuk memperkuat dan mengatur kontraksi uterus dan mengompresi pembuluh darah sehingga membuat proses involusi uterus menjadi lebih baik. Hormon oksitosin berguna untuk memperkuat dan mengatur kontraksi uterus dan mengompresi pembuluh darah sehingga membuat proses involusi uterus menjadi lebih baik (Widianingsih, 2023).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ainun et al., 2020) tentang pengaruh pijat oksitosin terhadap involusi uteri pada ibu *post partum* di rumah bersalin Cuma Cuma kota Bandung dan didapatkan hasil ada perbedaan rata-rata terhadap involusi uteri pre-test dan *post-test* pijat oksitosin yaitu *p-value* 0,001 dan ada perbedaan

yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan pijat oksitosin yaitu *p-value* $0,000 < 0,05$.

Hal yang sama juga dilakukan oleh (Pitriani & Andriyani, 2024) menunjukkan bahwa ada pengaruh tindakan pijat oksitosin pada kelompok perlakuan setelah dilakukan pijat oksitosin yang mengalami involusi uterus normal sebanyak 10 orang (66.7%). Pada kelompok kontrol yang tidak dilakukan tindakan pijat oksitosin dan hanya diobservasi mendapatkan nilai normal lebih sedikit sebanyak 5 orang (33.3%). Berdasarkan uji statistik dengan uji *Mann-Whitney* menunjukkan bahwa $p=0,002 \leq \alpha = 0,05$, maka keputusannya adalah H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada perbedaan pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol pada pengaruh pijat oksitosin terhadap involusi uterus pada ibu *post partum*. Hal ini sama artinya bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap involusi uterus pada ibu *post partum*.

Begitupun dengan penelitian yang dilakukan oleh (Asrianingsih et al., 2021) bahwa Pengaruh senam nifas dan pijat oksitosin terhadap involusio uteri pada ibu *post partum* di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Pule menunjukkan hasil yang signifikan sehingga ada pengaruh pemberian senam nifas dan pijat oksitoin terhadap involusio uteri. Karena berdasarkan hasil uji *Mann-Whitney U Test* menunjukkan hasil TFU hari pertama didapatkan nilai $p=0.411$ yang berarti $p>0.005$ yang bermakna bahwa tidak ada perbedaan kelompok

intervensi dengan kelompok kontrol terhadap TFU *post partum*. Sedangkan TFU pada hari ketiga dan ketujuh didapatkan nilai $p=0.000$ yang berarti $p<0.005$ yang bermakna bahwa terdapat perbedaan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol terhadap TFU *post partum*.

Asumsi peneliti terjadinya penurunan tinggi fundus uteri pada ibu *post partum* setelah dilakukan pijat oksitosin karena pijatan oksitosin dapat merangsang hipofisis anterior dan posterior untuk mengeluarkan hormon oksitosin. Hormon oksitosin akan memicu kontraksi otot polos pada uterus sehingga akan terjadi involusi uterus, sedangkan tanda jika ada reflek oksitosin adalah dengan adanya rasa nyeri karena kontraksi uterus. Karena efek fisiologis dari pijat oksitosin ini adalah merangsang kontraksi otot polos uterus baik pada proses saat persalinan maupun setelah persalinan sehingga dapat mempercepat proses involusi uteri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap percepatan involusi uteri pada ibu *post partum* di RSUD KH Hayyung Kepulauan Selayar dari hasil uji yang dilakukan terdapat perbedaan penurunan TFU yang signifikan antar *pre-test* dan *post-test* pada kelompok intervensi pijat oksitosin dengan kelompok kontrol dengan $p\text{-value} < 0,05$. Peneliti menyarankan agar pijat oksitosin dapat terus dilaksanakan sehingga kualitas pelayanan terhadap ibu

postpartum dapat meningkat dan menjadi salah satu alternatif upaya dan inovasi baru dalam mengurangi angka kematian dan perdarahan yang disebabkan oleh subinvolusi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainun, F. M., Widowati, R., & Indrayani, T. (2020). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Involusi Uteri Pada Ibu Postpartum di Rumah Bersalin Cuma Cuma Kota Bandung Tahun 2020. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(2), 201–206. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i2.75>
- Asrianingsih, A., Gusti Ayu Sri Wahyuni, I., & Eka Putri Saudia, B. (2021). Pengaruh Senam Nifas Dan Pijat Oksitosin Terhadap Involusi Uteri Pada Ibu Post Partum Dalam Layanan Homecare. *Midwifery Student Journal*, 1(1), 1–7. <https://doi.org/10.32807/msjou.v1i1.5>
- Dinas Kesehatan Kepulauan Selayar. (2022). *Profil Kesehatan Kabupaten Kepulauan Selayar*. https://id.wikipedia.org/wiki/Kabupaten_Kepulauan_Selayar
- Evayanti, Y., Rosmiyati, & Isnaini, N. (2020). Pijat Oksitoksi Pada Ibu Nifas 0-3 Hari Di RSIA Santa Anna. *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)*, 8(2), 357–362. <https://doi.org/10.1016/j.jnc.2020.12.5798><https://doi.org/10.1016/j.smr.2020.02.002><https://www.ncb>

- i.nlm.nih.gov/pubmed/810049%0Ahttp://doi.wiley.com/10.1002/anie.197505391%0Ahttp://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780857090409500205%0Ahttp:
- Ifayanti, T., & Indriani, S. (2021). Edukasi Terapi Back Massage Terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri pada Kelas Ibu Hamil di Praktek Mandiri Bidan Marni Novera, Amd.Keb Padang. *Jurnal Abdidas*, 2(5), 1251–1256. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i5.466>
- Jehaut, M. K., Sukamto, E., & Siregar, N. (2024). Pengaruh senam nifas terhadap involusi uteri pada ibu nifas di RSP Gerbang Sehat Mahulu. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 15(2), 98–109. <https://doi.org/10.36419/jki.v15i2.1095>
- Khasanah, P. U. (2023). Asuhan Kebidanan Berkelanjutan Pada NY"I" 38 Tahun G2P1A0AH1 Spacting 14 Tahun Usia Kehamilan 32+3 Minggu. *Jurnal Sehat Indonesia*, 5(2), 84–93. <https://doi.org/10.59141/jsi.v5i02.56>
- Khatimah, H., Akhfar, K., Bohari, N. H., & Haerani, H. (2022). Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Bahaya Pada Masa Nifas Di Poskeslu Jalanjang Kabupaten Bulukumba Tahun 2017. *Jmns*, 4(2). <https://doi.org/10.57170/jmns.v4i2.98>
- Pitriani, R., & Andriyani, R. (2024). Efektifitas Pijat Oksitosin Terhadap Involusi Uteri Pada Ibu Post Partum Di PMB Ani Triana. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 9(1), 306. <https://jurnal.unar.ac.id/index.php/health/article/view/1373>
- Rohati, E., & Siregar, R. U. P. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kematian Ibu pada Masa Kehamilan, Persalinan dan Nifas di Kota Depok Tahun 2021. *Jengala: Jurnal Riset Pengembangan Dan Pelayanan Kesehatan*, 2(1), 72–81. <https://jurnal.iik.ac.id/index.php/jengala/article/view/64>
- Sari, F. N. (2020). Pijat Oksitosin Dengan Minyak Lavender Terhadap Involusi Uterus Ibu Post Partum. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 39. <https://doi.org/10.33757/jik.v4i1.261>
- Sinta Harahap, P., Ayu Lestari, A., Doanita Hasibuan, I., Wulandari, N., Nisrina Hasibuan, Y., & History, A. (2024). Perencanaan dan Penganggaran Program Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) di UPT Puskesmas Tuntungan Kota Medan. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(3), 416–426. <https://doi.org/10.47650/jpp.v7i3.1263>
- Syahbani, S. N., Wardani, S. W., Fatimah, Y. U., & Yanti, Y. (2021). Penerapan Pijat Oksitosin Pada Masa Nifas Untuk Mempercepat Involusi Uteri dan Melancarkan Pengeluaran ASI. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(2), 394–398.

<https://doi.org/10.34011/jks.v2i2.73>

7

Widianingsih, W. (2023). Pengaruh Senam Nifas Terhadap Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten Tahun 2022. *Indonesian Scholar Journal of Nursing and Midwifery Science (ISJNMS)*, 2(06), 703–710.

<https://doi.org/10.54402/isjnms.v2i06.322>

Yohana Sitorus, E., Martini, S., & Mahanani Mulyaningrum, F. (2023). Correlation Between the Use of Bengkung Towards Uterine Involution in Postpartum Mothers. *Jurnal Profesi Bidan Indonesia (JPBI)*, 3(1), 2798–8856. <https://www.pbijournal.org/index.php/pbi/article/view/55>

Zebua, B., Sembiring, A., & Gurning Lisbet. (2024). Pengaruh Senam Nifas Terhadap Involusi Uteri Pada Pasca Persalinan Normal di Puskesmas Semambawa Nias Selatan Tahun 2023 Lisbet Gurning STIKes Mitra Husada Medan. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(2), 104–111. <https://doi.org/10.55606/termometer.v2i2.3650>