

**PENGARUH KOMBINASI PIJAT OKSITOSIN DAN PIJAT ENDORFIN
TERHADAP INVOLUSI UTERI PADA IBU POST PARTUM : *LITERATURE
REVIEW.***

¹Mega Puspita Sulistiana, ²Dewi Marfuah

Koreponding Author : dewi.marfuah@yahoo.com

ABSTRAK

Selama masa nifas alat-alat internal maupun eksternal berangsur-angsur kembali seperti keadaan sebelum hamil. Perubahan keseluruhan alat genetalia ini disebut involusi uteri. Involusi uteri atau pengerutan uterus merupakan suatu proses dimana uterus kembali ke kondisi sebelum hamil dengan berat sekitar 60 gram. Jika involusi uteri tidak berjalan dengan baik akan menimbulkan komplikasi yang serius seperti perdarahan. Salah satu cara untuk mempercepat involusi uterus yaitu dengan melakukan kombinasi pijat oksitosin dan pijat endorfin. Bila kedua pijat tersebut dikombinasikan maka akan dapat meningkatkan kadar hormon oksitosin yang lebih signifikan sehingga mampu mempercepat proses involusi uterus. Tujuan literature review ini adalah untuk merangkum hasil penelitian - penelitian yang menjelaskan bahwa kombinasi pijat oksitosin dan pijat endorfin dapat mempercepat involusi uteri pada ibu post partum. Metode penelitian yang digunakan yaitu *literature review* dengan jumlah tiga artikel, dengan sample 114 responden. Intervensi dilakukan selama 35 menit, setelah 24 jam *postpartum* selama 3 hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kombinasi pijat oksitosin dan pijat endorfin efektif dalam menurunkan tinggi fundus uteri pada ibu post partum. Kesimpulan pada penelitian ini adalah dengan mengetahui adanya keefektifan kombinasi pijat oksitosin dan pijat endorfin terhadap involusi uteri pada ibu post partum diharapkan praktisi dapat menjadikan intervensi berikut dalam mengatasi masalah involusi uteri pada ibu post partum.

Kata Kunci : Kombinasi pijat oksitosin dan pijat endorfin, involusi uteri, postpartum