

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN MINAT IBU NIFAS TENTANG POSTNATAL
MASSAGE DI DESA PENJALINAN DUKUHKLOPO PETERONGAN JOMBANG****Gempi Tri Sumini^{1*}, Lilis Suryani², Wahyu Anjas Sari³, Dwi Retnowati⁴**

Email Korespondensi: gempitrisumini89@gmail.com

¹⁻⁴STIKes Husada Jombang

Disubmit: 23 Juni 2026

Diterima: 31 Juli 2026

Diterbitkan: 11 Agustus 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v8i8.26655>**ABSTRACT**

The postpartum period is a physiological process following childbirth that is experienced by almost every woman; fatigue after delivery is a natural bodily response. This study employs an analytic-correlational design. Analytic-correlational research aims to test hypotheses by examining the relationship between variables. The aim of the study is to determine the relationship between knowledge and interest regarding postnatal massage among postpartum mothers. Based on the Chi-Square test results, the null hypothesis (H_0) is rejected if $P < 0.05$. The analysis yielded a P-value of 0.000 ($P < 0.05$); therefore, H_0 was rejected and the alternative hypothesis (H_a) was accepted. This indicates a relationship between knowledge and interest regarding postnatal massage among postpartum mothers in Penjalinan Dukuhklopo Village, Peterongan, Jombang, in 2026. The study aimed to determine the relationship between knowledge and interest regarding postnatal massage among postpartum mothers in Penjalinan Dukuhklopo Village, Peterongan, Jombang, in 2026.

Keywords: Knowledge, Postpartum, Postnatal Massage**ABSTRAK**

Masa nifas merupakan proses fisiologis setelah persalinan / kehamilan yang menyertai kehidupan hampir setiap wanita. Setelah persalinan kelelahan pada saat setelah bersalin merupakan mekanisme tubuh. Jenis penelitian ini adalah penelitian yang bersifat Analitik Correlational. Analitik Correlational adalah penelitian yang bertujuan untuk menentukan hipotesis yang ada, Hal ini dilakukan untuk melihat hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain. Tujuan penelitian Mengetahui adanya Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Nifas Tentang Postnatal Massage. Berdasarkan Hasil uji Chi Square menyatakan H_0 ditolak jika $P < 0,05$. Hasil analisa yang di dapat pada penelitian ini diperoleh nilai P value ($P = 0,000 < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Nifas Tentang Postnatal Massage di desa penjalinan dukuhklopo peterongan jombang Tahun 2026. Mengetahui adanya Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Nifas Tentang Postnatal Massage di desa penjalinan dukuhklopo peterongan jombang Tahun 2026.

Kata Kunci: Pengetahuan, Nifas, Postnatal Massage

PENDAHULUAN

Salah satu gangguan pada ibu nifas yaitu mengalami gangguan seperti Kelelahan, menurut WHO yang telah dipublikasikan pada tahun 2019 mengatakan bahwa 55% wanita melahirkan mengalami kecemasan, kelelah, serta kecapekaan. Salah satu gangguan psikologis yang dialami ibu nifas adalah kecemasan. Di Indonesia sekitar 30% sampai 80% wanita mengalami kecemasan, kelelahan pada post partum yang ringan dan bersifat sementara (Anonym, 2018).

Beberapa Ibu mungkin juga mengalami stres dan emosi yang labil berkenaan dengan perubahan hormon yang terjadi setelah melahirkan (Lestari, 2017). Pijat setelah melahirkan dapat memberikan beberapa manfaat dan efektif membantu pemulihan Ibu dalam masa nifas, seperti meredakan beberapa titik kelelahan pada tubuh, melepaskan tegangan pada otot, memperbaiki peredaran darah, dan meningkatkan pergerakan sendi serta peremajaan tubuh (Maryunani, 2018).

Upaya Postnatal Massage atau pijat pada masa nifas, memberikan penjelasan Postnatal Massage dan menjelaskan manfaatnya kepada ibu sehingga pengetahuan ibu meningkat dan minat terhadap Postnatal Massage. proses masa nifas akan merelaksasi tubuh ibu. Dengan pijatan lembut, selain meredakan beberapa titik nyeri dan melepaskan tegangan pada otot, pijat dapat meningkatkan aliran darah dan oksigen ke dalam otot dan dapat meredakan nyeri atau pegal-pegal pada tubuh. Gerakan meremas, mengusap, dan tekanan saat pijat dapat membantu pengencangan bagian perut dan membantu pemulihan tubuh. Membantu pelepasan hormon endorfin di otak yang merupakan pereda nyeri alami.

Membantu melepaskan hormon oksitosin yang merangsang pengeluaran ASI dan memudahkan proses menyusui. Pijatan pada payudara akan membantu membuka saluran kelenjar susu yang tersumbat, sehingga mengurangi risiko radang kelenjar pada payudara (mastitis). Mempercepat pemulihan operasi sesar, karena meningkatkan sirkulasi dan merangsang proses penyembuhan organ dalam, mengurangi kram otot dan membantu mengatasi stres setelah melahirkan (Selasi, 2018).

KAJIAN PUSTAKA

Masa nifas merupakan proses fisiologis setelah persalinan / kehamilan yang menyertai kehidupan hampir setiap wanita. Setelah persalinan kelelahan pada saat setelah bersalin merupakan mekanisme tubuh. Rasa kelelahan yang dialami setelah persalinan bersifat unik pada setiap ibu dan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain takut, kecemasan, pengalaman persalinan sebelumnya, persiapan persalinan, dan dukungan (Judha, 2018). Pada saat ini terdapat metode baru yaitu relaksasi Postnatal Massage. Banyak ibu nifas yang masih belum mengenal istilah Postnatal Massage serta belum banyak mengetahui teknik relaksasi postnatal massage. Masa nifas dimulai usai melahirkan hingga enam minggu setelahnya. Alat genitalia pulih kembali seperti sebelum kehamilan dalam waktu tiga bulan. Pada masa nifas inilah, ibu usai melahirkan memerlukan rileksasi. Karena, jelasnya, umumnya perempuan sangat membutuhkan relaksasi setelah melahirkan (Wiwit, 2018).

METODE PENELITIAN

Desain atau rancangan penelitian adalah suatu strategi dalam penelitian untuk pengontrolan maksimal beberapa faktor yang dapat mempengaruhi akurasi suatu hasil (Nursalam, 2018).

Jenis penelitian ini adalah penelitian yang bersifat Analitik Correlational. Analitik Correlational adalah penelitian yang bertujuan untuk menentukan hipotesis yang ada, Hal ini dilakukan untuk melihat hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain (Notoatmodjo, 2018). Penelitian ini menilai hubungan pengetahuan dengan minat ibu nifas tentang Postnatal Massage. Rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan Cross Sectional, yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi dari data variabel hanya satu kali pada satu saat (Notoatmodjo, 2018).

Pada penelitian ini populasinya adalah seluruh ibu nifas di Desa penjalinan sebanyak 48 ibu nifas., jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 39. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah “non probability sampling” dengan metode purposive sampling yaitu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan/masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya (Nursalam, 2016). Variabel independent dalam penelitian ini adalah pengetahuan ibu nifas tentang postnatal massage. Variabel dependent dalam penelitian ini adalah minat ibu nifas tentang postnatal massage.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Umur	Jumlah (Orang)	Total (Presentase)
< 20 TH	3	7.7
20 - 35 TH	36	92.3
Total	39	100.0

Berdasarkan tabel 1 dapat diinterpretasikan bahwa dari total 39 responden, Sebesar (92,3%) atau 36

berusia 20-35 tahun dan sebesar (7,7%) atau 3 orang berusia < 20 Tahun.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Jumlah (Orang)	Total (Presentase)
SMP	6	15.4
SMA	22	56.4
PT	11	28.2
Total	39	100.0

Berdasarkan tabel 2 dapat diinterpretasikan bahwa dari total 39 responden, sebesar (56,4%) atau 22

yang berpendidikan SMA, dan sebesar (15,4%) atau 6 orang berpendidikan SMP.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah (Orang)	Total (Presentase)
Bekerja	15	38.5
Tidak Bekerja	24	61.5
Total	39	100.0

Berdasarkan tabel 3 dapat diinterpretasikan bahwa dari total 39 responden, sebesar (61,5%) atau 24

tidak bekerja, dan sebesar (38,5%) atau 15 orang bekerja.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas

Paritas	Jumlah (Orang)	Total (Presentase)
Primipara	14	35.9
Multipara	25	64.1
Total	39	100.0

Berdasarkan tabel 4 dapat diinterpretasikan bahwa dari total 39 responden, sebagian besar responden adalah ibu multigravida sebanyak 25 orang (64,1%) pada ibu yang pernah

melahirkan anak hidup lebih dari 1 kali pada kehamilannya dan ibu primigravida yaitu sebanyak 14 orang (35,9%) pada ibu yang baru saja melahirkan anak hidup pertama.

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden dengan pengetahuan ibu

Pengetahuan	Jumlah (Orang)	Total (Presentase)
Baik	23	59.0
Cukup	10	25.6
Kurang	6	15.4
Total	39	100.0

Berdasarkan tabel 5 dapat diinterpretasikan bahwa dari total 39 responden, sebagian besar responden pengetahuan ibu dengan baik yaitu

sebanyak 23 orang (59,0%), dan 6 orang (15,4%) lainnya masih kurang dalam pengetahuan ibu tentang Minat Ibu Nifas Tentang Postnatal Massage.

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Minat Ibu Nifas Tentang Postnatal Massage.

Minat	Jumlah (Orang)	Total (Presentase)
Tinggi	21	53.8
Sedang	12	30.8
Rendah	6	15.4
Total	39	100.0

Berdasarkan tabel 6 dapat diinterpretasikan bahwa dari total 39 responden, sebesar (53,8 %) atau 21 orang dengan Tinggi Minat terhadap

Postnatal Massage, dan minat rendah 6 orang atau (15,4%) dengan Minat terhadap Postnatal Massage.

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Nifas Tentang Postnatal Massage.

Chi-Square Tests			
	Rerata	N	P Value
Nilai Chi Square	60.8	39	0.000

Berdasarkan tabel 7 diatas dapat diinterpretasikan bahwa dari total 39 responden, dalam persepsi pengetahuan minat ibu terhadap Postnatal Massage, sebanyak 23 orang (59,0%), dan 6 orang (15,4%) lainnya masih kurang dalam pengetahuan ibu tentang Minat Ibu Nifas Tentang Postnatal Massage. 21 orang diantaranya tinggi minat terhadap Postnatal Massage dan 6 orang lainnya

memiliki minat yang rendah terhadap Postnatal Massage.

Hasil uji Chi Square menyatakan H_0 ditolak jika $P < 0,05$. Hasil analisa yang di dapat pada penelitian ini diperoleh nilai P value ($P = 0,000 < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat Hubungan Persepsi Minat Ibu Nifas Tentang Postnatal Massage.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diinterpretasikan bahwa dari total 39 responden, sebagian besar responden pengetahuan ibu dengan baik yaitu sebanyak 23 orang (59,0%), dan 6 orang (15,4%) lainnya masih kurang dalam pengetahuan ibu tentang Minat Ibu Nifas Tentang Postnatal Massage. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang penting untuk pembentukan sikap yang utuh. Semakin baik pengetahuan

maka semakin baik sikap juga yang akan menciptakan tindakan yang baik juga (Sunaryo, 2004). Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu pendidikan, informasi yang diperoleh dari media sosial, budaya dan ekonomi, lingkungan sekitar, pengalaman individu beserta usia. Pendidikan digunakan untuk mendapatkan informasi sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup dengan dianggap sebagai penuntun manusia

untuk berbuat dan mengisi kehidupan (Budiman, 2013). Pengetahuan ini menjadi salah satu penyebab ibu tidak memberikan ASI secara eksklusif pada bayinya dimana ibu tidak mengerti tentang kolostrum, ibu beranggapan bahwa ASI ibu kurang atau tidak memiliki cukup ASI, meniru teman, merasa ketinggalan jaman). Sehingga pijat laktasi menjadi salah satu solusi untuk memenuhi kebutuhan ASI, dan setelah pemijatan laktasi diharapkan dapat membuat ibu rileks sehingga dapat terus memproduksi hormon prolaktin dan oksitosin, karena berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa saat seseorang merasa bingung, depresi, cemas dan merasa nyeri terus menerus akan mengalami penurunan hormone oksitosin dalam tubuh saat merasa stress refleksi let down menjadi kurang maksimal akibatnya ASI akan mengumpul pada payudara saja sehingga ASI tidak bisa kembali diproduksi dan payudara akan terasa sakit (Mas'adah, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diinterpretasikan bahwa dari total 39 responden, sebesar (53,8 %) atau 21 orang dengan Tinggi Minat terhadap Postnatal Massage, dan minat rendah 6 orang atau (15,4%) dengan Minat terhadap Postnatal Massage. Beberapa ibu mengatakan sudah bisa melakukan beberapa aktivitas harian mereka dan mau melakukan perawatan bayinya, namun orang terdekat (suami, ibu dan atau mertua) melarangnya karena khawatir berakibat tidak baik terhadap kesehatan dan pemulihan ibu. Beberapa ibu yang lain mengatakan tidak berani merawat bayinya karena tali pusatnya belum putus.

Diantara tujuan utama post natal massage adalah mendukung pemulihan masa nifas kembali ke keadaan seperti sebelum hamil.

Tenaga kesehatan perlu mengevaluasi pemulihan kesehatan ibu selama masa nifas. Pada sistem reproduksi, pemulihan dinilai dengan mengamati perkembangan involusi uteri dan keadaan penyembuhan luka perineum. Involusi uteri diketahui dengan menilai penurunan tinggi fundus dan perubahan lochea.

Berdasarkan hasil analisis univariat tentang pengetahuan ibu bahwa mayoritas ibu dengan tinggi minat terhadap Postnatal Massage, sebanyak 23 responden. Hal tersebut didukung dengan data paritas ibu yang mayoritasnya Multi yang lebih berpengalaman tentang masa nifas. Berdasarkan Hasil uji Chi Square menyatakan H_0 ditolak jika $P < 0,05$. Hasil analisa yang di dapat pada penelitian ini diperoleh nilai P value ($P = 0,000 < 0,05$), maka H_2 ditolak dan H_1 diterima, artinya terdapat Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Nifas Tentang Postnatal Massage .

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Novita Andriani pada tahun 2017 yang berjudul Hubungan pengetahuan ibu nifas dengan minat ibu melakukan pijat ibu nifas di Semarang. Sebagian besar pengetahuan responden cukup sebanyak 9 responden (42,9%), baik sebanyak 4 responden (19,0%), kurang sebanyak 8 responden (38,1%), minat tinggi tentang Postnatal Massage sebanyak 13 responden (61,9%) dan yang minat sedang sebanyak 8 responden (38,1%). Pijat ibu nifas / Postnatal Massage proses masa nifas yang berfungsi untuk merelaksasi tubuh. Penelitian yang telah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Trawas Mojokerto, ibu yang Minat Ibu Nifas Tentang Postnatal Massage sebanyak 21 orang Dalam hal ini peran petugas kesehatan sangatlah penting dalam pencapaian angka Postnatal Massage.

Peran utama dari petugas kesehatan adalah memberikan penyuluhan, pengarahan, serta mendorong ibu memberi kelengkapan Postnatal Massag. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (ever behavior) karena dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang disadari oleh pengetahuan akan lebih langgeng/bertahan lebih lama dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2018). Berdasarkan analisa dengan menggunakan uji statistik chi-square diketahui bahwa nilai p-value menggunakan uji Chi-Square yaitu p-value 0,001 maka nilai p-value lebih kecil dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Nifas Tentang Postnatal Massage.

KESIMPULAN

Dari total 39 responden, sebagian besar responden pengetahuan ibu dengan baik yaitu sebanyak 23 orang (59,0%), sedangkan responden yang kategori Kurang adalah 6 orang (15,4%). Dari total 39 responden Sebagian besar atau sebanyak 21 orang (53,8%) Tinggi Minat terhadap Postnatal Massage, 6 orang (15,4%) dengan kategori rendah Minat terhadap Postnatal Massage. Berdasarkan Hasil uji Chi Square menyatakan H2 ditolak jika $P < 0,05$. Hasil analisa yang di dapat pada penelitian ini diperoleh nilai P value ($P = 0,000 < 0,05$), maka H2 ditolak dan H1 diterima, artinya terdapat Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Nifas Tentang Postnatal Massage di desa penjalinan dukuhklopo peterongan jombang.

SARAN

Sebagai bahan masukan dan menambah referensi di perpustakaan tentang penelitian atau reserch kebidanan dalam asuhan kebidanan yang sesuai dengan evindance based dalam metode Postnatal Massage.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajzen. (2019). Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data. Jakarta : Salemba
- Anonym. (2020). Keajaiban Postnatal Massage. Jakarta : Bunda Pustaka Arikunto, Suharsini. (2019). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Rineka Cipta
- Azwar. (2018). Metode Penelitian Kebidanan. Jakarta : Salemba.
- Budiman, & Riyanto, A. (2013). *Kapita selekta kuesioner: Pengetahuan dan sikap dalam penelitian kesehatan*. Salemba Medika.
- Maryunani, A. (2018). *Asuhan ibu nifas dan asuhan ibu menyusui*. In Media.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nursalam. (2016). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis* (Edisi 4). Salemba Medika.
- Nursalam. (2018). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis*. Salemba Medika.
- Sunaryo. (2004). *Psikologi untuk keperawatan*. EGC.