

PENYULUHAN TENTANG PIJAT OKSITOSIN DALAM MELANCARKAN ASIBAGI IBU MENYUSUI DI KELURAHAN NAPA KECAMATAN ANGKOLA SELATAN KABUPATEN TAPANULI SELATAN

Elvi Suryani¹, Dewi Aminasty², Cut Khairunnisah Harahap³, AisyahSiregar⁴
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Darmais Padangsidimpuan Program Studi
KebidananProgram Diploma Tiga: elvisuryani141@gmail.com/ 081260104666

ABSTRAK

World Health Organization (WHO) menganjurkan wajib ASI selama enam bulan untuk bayi baru lahir. Tetapi, hal tersebut tidak selalu terpenuhi karena ASI yang dihasilkan sedikit. WHO telah menetapkan tujuan pada tahun 2025 bahwa setidaknya kurang dari 50% bayi baru lahir hingga enam bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif. Ketidakcukupan ASI merupakan alasan utama seorang ibu untuk menghentikan pemberian ASI secara dini, ibu merasa dirinya tidak mempunyai kecukupan produksi ASI untuk memenuhi kebutuhan bayi dan mendukung kenaikan berat badan bayi yang adekuat karena ASI tidak keluar atau produksinya kurang lancar. Perawatanyang efektif untuk memperbanyak produksi ASI antara lain dengan melakukan perawatan payudara atau *breast care* dengan menjaga kebersihan dan *me-massage* (memijat) payudara, dan pijat oksitosin. Pijat oksitosin mempunyai beberapa manfaat yang sangat membantu bagi ibu setelah persalinan dan juga dapat mengurangi ketidak nyamanan fisik serta memperbaiki *mood*. Pijat yang dilakukan di sepanjang tulang belakang ini dapat merelaksasikan ketegangan pada punggung dan menghilangkan tres sehingga dapat memperlancar pengeluaran ASI. Sedangkan menurut Depkes RI pijat oksitosin dapat mengurangi bengkak, mengurangi sumbatan ASI, dan mempertahankan produksi ASI ketikaibu dan bayi sakit. Jenis penelitian yang digunakan adalah Kuantitatif, merupakan penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk membuat gambaran atau deksripsi suatu keadaan secara objektif. Hasil pendataan individu dan keluarga dimana jumlah ibu menyusui sebanyak 30 orang, dilaksanakan dengan penyuluhan dan menggunakan alat berupa kuesioner untuk mengukur bagaimana pengetahuan ibu, dan Diperoleh bahwa pengetahuan ibu tentang manfaat pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI mayoritas berpengetahuan kurang yaitu 29 orang (96,7%), minoritas berpengetahuan cukup yaitu 1 orang (3,3%) dan berpengetahuan baik tidak ada (0%).

Kata kunci : Ibu Menyusui, Pijat Oksitosin, ASI

ABSTRACT

The World Health Organization (WHO) recommends mandatory breastfeeding for six months for newborns. However, this is not always met because the milk produced is small. WHO has set a goal by 2025 that at least less than 50% of newborns up to six months are exclusively breastfed. Insufficient breast milk is the main reason for a mother to stop breastfeeding early, the mother feels that she does not have sufficient milk production to meet the baby's needs and support adequate baby weight gain because breast milk does not come out or its production is not smooth. Effective treatments to increase milk production include breast care by maintaining cleanliness and massaging the breasts, and oxytocin massage. Oxytocin massage has several benefits that are very helpful for mothers after childbirth and can also reduce physical discomfort and improve mood. Massage carried out along the spine can relax the tension in the back and relieve stress so that it can facilitate the release of breast milk. Meanwhile, according to the Indonesian Ministry of Health, oxytocin massage can reduce swelling, reduce blockage in breast milk, and maintain milk production when mother and baby are sick. The type of research used is quantitative, which is research conducted with the aim of making an objective description or description of a situation. The results of data collection on individuals and families where the number of breastfeeding mothers were 30 people, carried out with counseling and using a tool in the form of a questionnaire to measure the mother's knowledge, and it was found that the knowledge of mothers about the benefits of oxytocin massage in increasing breast milk production was mostly 29 people (96.7. %), the minority with sufficient knowledge is 1 person (3,3%) andthere is no good knowledge (0%).

Keywords : Breastfeeding Mother, Oxytocin Massage, Breast Milk

1. PENDAHULUAN

Pada saat hamil, ibu harus menjaga kondisi janin. Salah satu caranya dengan mengonsumsi makanan sehat yang kandungan gizinya tinggi karena selain untuk ibu, nutrisi tersebut juga untuk si cabang bayi. seperti halnya ketika anak dalam kandungan, hal tersebut juga diperlukan ketika anak pertama kali menghirup udara dunia. Kebutuhan nutrisi bayi sampai usia 6 bulan dapat dipenuhi hanya dengan memberikan air susu ibu (ASI) saja atau yang dikenal sebagai "ASI eksklusif". ASI eksklusif adalah pemberian ASI tanpa makanan tambahan lain pada bayi berumur 0-6 bulan. Bayi tidak diberikan apa-apa, kecuali makanan yang langsung diproduksi oleh ibu karena bayi memperoleh nutrisi terbaik melalui ASI. Meskipun khasiat ASI begitu besar, namun tidak banyak ibu yang mau atau bersedia memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan seperti yang disarankan organisasi kesehatan dunia (Yuliarti, 2010).

Kegagalan dalam proses menyusui sering disebabkan karena timbulnya beberapa masalah, baik masalah pada ibu maupun pada bayi. Masalah yang sering timbul pada ibu selama menyusui dapat dimulai sejak sebelum persalinan (Periode Antenatal), pada masa pascapersalinan dini, dan masa pasca persalinan lanjut. Rasa cemas yang disebabkan oleh (tidak mampu menghasilkan ASI) dan tidak memiliki ASI yang cukup adalah suatu alasan yang paling sering dikemukakan oleh ibu yang mulai gagal menyusui, berhenti menyusui terlalu cepat, atau memulai pemberian makanan tambahan sebelum makanannya dibutuhkan. Dukungan psikologis akan membantu memperkuat keyakinan dari ibu bahwa dia dapat berhasil menyusui Rahayu (Ningsi, 2020).

World Health Organization (WHO) menganjurkan wajib ASI selama enam bulan untuk bayi baru lahir. Tetapi, hal tersebut tidak selalu terpenuhi karena ASI yang dihasilkan sedikit. WHO telah menetapkan tujuan pada tahun 2025 bahwa setidaknya kurang dari 50% bayi baru lahir hingga enam bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif (WHO, 2013).

Ketidackukupan ASI merupakan alasan utama seorang ibu untuk menghentikan pemberian ASI secara dini, ibu merasa dirinya tidak mempunyai kecukupan produksi ASI untuk memenuhi kebutuhan bayi dan mendukung kenaikan berat badan bayi yang

adekuat karena ASI tidak keluar atau produksinya kurang lancar. Perawatan yang efektif untuk memperbanyak produksi ASI antara lain dengan melakukan perawatan payudara atau *breast care* dengan menjaga kebersihan dan *me-massage* (memijat) payudara, dan pijat oksitosin (Ningsi, 2020).

Pijat oksitosin mempunyai beberapa manfaat yang sangat membantu bagi ibu perasaan takut akan gagal menyusui setelah persalinan. Pijat oksitosin dapat mengurangi ketidaknyamanan fisik serta memperbaiki *mood*. Pijat yang dilakukan di sepanjang tulang belakang ini juga dapat merelaksasikan ketegangan pada punggung dan menghilangkan stres sehingga dapat memperlancar pengeluaran ASI. Sedangkan menurut Depkes RI pijat oksitosin dapat mengurangi bengkak, mengurangi sumbatan ASI, dan mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Pusparina, Dkk, 2021).

Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Kota Padangsidempuan Tahun 2017, dari 9 buah puskesmas yang ada di Kota Padangsidempuan, Puskesmas Labuhan Rasoki Kota Padangsidempuan merupakan puskesmas yang memiliki cakupan paling rendah sebesar 2,3%. Hal ini masih jauh dari target nasional sebesar 80%.

Berdasarkan Survey Awal yang dilakukan penelitian pada bulan Desember 2021 Di Kelurahan Napa Kecamatan Angkola Selatan Kabupaten Tapanuli Selatan terdapat 7 orang ibu nifas diantaranya 2 ibu nifas pernah mendengar tapi tidak tau manfaat tentang pijat oksitosin dan 5 ibu nifas yang tidak mengetahui pijat oksitosin dan pengeluaran ASI nya sedikit, Karena ibu tidak mengetahui apa itu pijat oksitosin dan tidak pernah mendengar tentang pijat oksitosin, ibu memberikan susu formula pada bayi nya.

2. METODE PELAKSANAAN

Perencanaan pelaksanaan kegiatan ini dimulai pada bulan Januari 2022 dan dapat terlaksana pada bulan Maret 2022. Kegiatan dilakukan dengan untuk mendapatkan data ini, tim bekerja sama dengan Bidan desa yang ada di wilayah Kelurahan Napa, Kecamatan Angkola Selatan Kabupaten Tapanuli Selatan beserta mahasiswa Pendidikan Program Diploma tiga Bidan Stikes Darmas Padangsidempuan. Dari pendataan yang dilakukan, didapatkan data,

lalu dilakukan analisis data, penyajian data, merumuskan pembahasan dan kesimpulan untuk mengatasi permasalahan fokus pada ibu menyusui untuk selanjutnya dapat dilakukan penyuluhan tentang Pijat Oksitosin Dalam Melancarkan ASI pada ibu menyusui.

Bentuk kegiatan yang dilakukan adalah memberikan penyuluhan yang dilaksanakan secara langsung dan menggunakan kuesioner sebagai alat ukur pengetahuan ibu dengan tetap menetapkan protokol kesehatan.

3 HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan :

1. Hasil pendataan individu dan keluarga dimana jumlah ibu menyusui sebanyak 30 orang yang berada di wilayah Kelurahan Napa, Kecamatan Angkola Selatan, Kabupaten Tapanuli Selatan.
2. Anamnesa pada ibu menyusui serta peran serta suami, keluarga dan masyarakat dan keluhan ibu terhadap kurangnya pemberian ASI kepada bayi.
3. Penyuluhan terkait aspek yang terlibat penting tentang Pijat Oksitosin untuk pencegahan meningkatkan produksi ASI yang secara langsung. Penyuluhan ini dilaksanakan kurang lebih 60 menit.
4. Diperoleh bahwa pengetahuan ibu tentang manfaat pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI mayoritas berpengetahuan kurang yaitu 29 orang (96,7%), minoritas berpengetahuan cukup yaitu 1 orang (3,3%) dan berpengetahuan baik tidak ada (0%).
5. Pelaksanaan penyuluhan secara langsung kepada ibu dan keluarga terkait bagaimana upaya yang akan dilaksanakan ibu setelah tahu apa itu pijat oksitosin dan manfaatnya untuk ASI.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan kepada ibu-ibu yang menyusui terlaksana dengan baik dengan dukungan yang diberikan oleh berbagai pihak.
2. Peran serta aktif masyarakat (ibu-ibu yang menyusui) sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dalam mewujudkan masyarakat terutama ibu yang menyusui tentang pemberian ASI

kepada bayinya.

3. Terdapatnya peningkatan pengetahuan dan upaya ibu dan keluarga terkait bagaimana Pijat Oksitosin untuk kelancaran ASI yang diberikan kepada bayi.

5. REFERENSI

- Handayani, S. & Wulandari, S.R (2011) *Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas*. Yogyakarta : Gosyen Publishing.
- Hidayat, A.A. (2007). *Metode penelitian kebidanan & teknik Analisis data*. Salambe Medika.
- Machfoedz, I. (2009). *Metodologi Penelitian Bidang Kesehatan, Keperawatan Keperawatan, kedokteran*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Mochtar, R (1998). *Sinopsis Obstetri : Obstetri Fisiologi dan Obstetrisosial*. Jakarta: EGC.
- Mubarok, W.I (2012). *Metodologi Kesehatan Untuk kebidanan*. Jakarta : Salambe Medika.
- Notoatmodjo, S. (2017). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Pusparina, S.S.T., M.M.Kes., M.Kes. & Dkk, (2021) *Asuhan Keperawatan Nifas*. Yogyakarta.
- Putra, S.R. (2012). *Asuhan Neonatus Bayi Dan Balita Untuk Keperawatan dan Kebidanan*. Jogjakarta : D-Medika.
- Rahayuningsi., S.Kep.,Ns., MPH. (2020) *Perawatan Payudara & Pijat Oksitosin* Yogyakarta : Gosyen Publishing.
- Saleha, S. (2009). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta : Salambe Medika.
- Sugiyono, (2009). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta.
- Yuliarti, N. (2010). *Keajaiban ASI : Makanan terbaik untuk kesehatan, Kecerdasan, dan Kelincahan sikecil*. Yogyakarta : C. V Andi Offset. [dinasprofilkesehatanhttp://journal.ipts.ac.id/index.php/ED/article/view/1350/580](http://journal.ipts.ac.id/index.php/ED/article/view/1350/580)

6. DOKUMENTASI KEGIATAN



