Pemberdayaan Tenaga Kesehatan Melalui Pelatihan Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi Asi pada Ibu Nifas

Risa Pitriani[1], Miratu Megasari[2]
[1)] Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Universitas Hang Tuah Pekanbaru
[2)] Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Hang Tuah Pekanbaru
e-mail: risapitriani@htp.ac.id

Abstrak
ASI Eksklusif di Indonesia lebih dari tiga juta bayi yang ada di 34 provinsi di Indonesia, terdapat sekitar satu juta bayi saja yang mendapat ASI Eksklusif dengan persentase 55,7%. Angka tersebut membuktikan bahwa target 80% cakupan ASI Eksklusif masih sangat jauh dari kenyataan. Pijat oksiton merupakan salah satu cara untuk dapat memperbanyak dan memperlancar produksi ASI. Disamping itu peran tenaga kesehatan sangat penting demi keberhasilan pemberian ASI pada bayi. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan tenaga kesehatan tentang pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Metode pengabdian ini, yaitu: 1) Mengadakan penyuluhan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan tenaga kesehatan, peserta yang ikut pada penyuluhan ada 10 orang, 2) Mengadakan pelatihan dengan dibantu oleh terapis terlatih yang mempunyai sertifikat pelatihan massase, dan 3) Melakukan pemantauan dimaksudkan untuk mengamati kegiatan yang dilakukan tenaga kesehatan terhadap ibu menyusui, dan evaluasi melihat hasil yang dilakukan terhadap keberhasilan pengeluaran dan pemberian ASI. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 26 Agustus – 03 September 2024 di PMB Dince Safrina. Hasil pengabdian ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tenaga kesehatan dengan menilai pre test dan post test dan mengalami perubahan dalam pelayanan yang dilakukan kepada pasien ibu nifas yang berkunjung. Luaran dari pengabdian ini akan di publikasikan pada jurnal pengabdian masyarakat multidisiplin. Diharapkan pada tenaga kesehatan yang sudah terlatih agar dapat memberikan pelayanan dengan melakukan pijat oksitosin pada pasien minimal selama perawatan di PMB sampai kunjungan nifas ke 4.

Kata Kunci : Pelatihan Tenaga Kesehatan, Pijat Oksitosin, Produksi ASI, Ibu Nifas

Abstract
Exclusive breastfeeding in Indonesia is more than three million babies in 34 provinces in Indonesia, there are around one million babies alone who receive exclusive breastfeeding with a percentage of 55.7%. These figures prove that the target of 80% exclusive breastfeeding coverage is still very far from reality. Oxyton massage is one way to increase and facilitate breast milk production. Besides that, the role of health workers is very important for the success of providing breast milk to babies. This community service aims to increase the knowledge and skills of health workers regarding oxytocin massage to increase breast milk production in postpartum mothers. The methods of this service are: 1) Carrying out counseling with the aim of increasing the knowledge of health workers, there were 10 participants in the counseling, 2) Carrying out training assisted by trained therapists who have massage training certificates, and 3) Carrying out monitoring intended to observe activities carried out by health workers on breastfeeding mothers, and evaluations look at the results of the success of expressing and providing breast milk. This activity was carried out on 26 August – 03 September 2024 at PMB Dince Safrina. The results of this service show an increase in the knowledge of health workers by assessing pre-tests and post-tests and experiencing changes in the services provided to visiting postpartum mothers. The output of this service will be published in a multidisciplinary community service journal. It is hoped that trained health workers can provide services by performing oxytocin massage on patients at least during treatment at PMB until the 4th postpartum visit.

Keywords*: Health Personnel Training, Oxytocin Massage, Breast Milk Production, Postpartum Mothers*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah susu yang di produksi oleh manusia untuk konsumsi bayi dan merupakan sumber gizi utama bayi yang belum dapat mencerna makanan padat. ASI diproduksi karena pengaruh horman prolactin dan oksitosin setelah kelahiran bayi. ASI pertama yang keluar disebut kolostrum atau jolong dan mengandung banyak immunoglobulin IgA yang baik untuk pertahanan tubuh bayi melawan penyakit. ASI eksklusif adalah pemberian ASI selama 6 bulan tanpa tambahan cairan atau makanan lain kecuali vitamin dan obat (1).

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 *medullaoblongata* dan pada daerah *sacrum* dari *medullaspinalis*, merangsang *hipofise posterior* untuk mengeluarkan oksitosin, oksitosin menstimulasi kontraksi sel-sel otot polos yang melingkari duktus laktiferus kelenjar mamae menyebabkan kontraktilitas mioepitel payudara sehingga dapat meningkatkan pemancaran ASI dari kelenjar mammae (2).

Menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan 2017, pemberian ASI ekslusif di Indonesia hanya 35%. Angka tersebut masih jauh di bawah rekomendasi WHO (Badan Kesehatan Dunia) sebesar 50%. Berdasarkan data yang didapat dari hasil survey RISKESDES 2018 proporsi untuk pemberian ASI Ekslusif sebanyak 37,3%, ASI parsial 9,3%, dan ASI predominan 3,3%. Sedangkan di Provinsi Riau pemberian ASI Ekslusif sebanyak 38,0%, ASI Parsial 13,0 % dan ASI Predominan sebanyak 5,0 %. Dari data tersebut masih rendahnya pemberian ASI Ekslusif di Provinsi Riau (3).

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Riau tahun 2019 cakupan bayi yang diberikan ASI Eksklusif sampai usia 6 bulan di provinsi Riau ditahun 2018 sebanyak 35% sedangkan ditahun 2019 sebanyak 75% cakupan ini sudah mencapai target yang ditetapakan yaitu 47% namun tetap harus bisa di tingkatkan lagi atau dipertahankan (4). Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru tahun 2019 salah satu wilayah yang memiliki jumlah balita terbanyak dan cakupan pemberian ASI Eksklusifnya rendah terdapat di daerah Rumbai yaitu sebanyak 1.543 bayi 0-6 bulan hanya 795 bayi yang diberikan ASI Eksklusif dengan persentase (51,6%) (5).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di PMB Dince Safrina Kota Pekanbaru didapatkan dalam 3 bulan terakhir jumlah ibu menyusui (usia bayi < 6 bulan) yakni berjumlah 35 orang. Dari 10 orang yang dilakukan wawancara hanya 4 yang mengatakan memberikan ASI pada bayinya dan 6 diantaranya memberikan alasan bahwa ASInya tidak cukup atau kurang. Hal ini disebabkan PMB Dince Safrina memiliki 8 pegawai yang latar belakang pendidikannya adalah bidan dengan tamantan D3 yang *fress graduate* dan belum pernah mengikuti pelatihan massage sehingga menjadikan pengetahuan dari ibu nifasnya berkurang dan kurangnya motivasi dari ibu untuk menyusui bayinya secara ekslusif. Untuk itu penulis tertarik melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan melakukan pelatihan pijat oksitosin pada tenaga kesehatan yang berada di PMB Dince Safrina Kota Pekanbaru.

METODE

Penyuluhan

Melakukan kegiatan penyuluhan dengan mengangkatkan tema "Pemberdayaan Tenaga Kesehatan Melalui Pelatihan Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada IbuNifas Di PMB Dince Safrina Kota Pekanbaru" metode yang dilakukan dengan memberikan penyuluhan langsung dengan leaflet berisi materi serta tanya jawab seputar materi.

Pelatihan

Melakukan pelatihan pada tenaga kesehatan dengan dibantu oleh terapis terlatih yang mempunyaisertifikat pelatihan massase.

Untuk persiapan dan teknik yang dilakukan pada saat pemijatan antara lain:

Perlengkapan Yang Dibutuhkan

Perlengkapan yang dibutuhkan untuk memijat adalah :

Minyak untuk mengurut

Pada saat memijat ibu, gunakan minyak pijat yang tepat. Asosiasi internasional pijat balita merekomendsikan bahwa sebaiknya untuk pemijatan menggunakan minyak yang terbuat dari tumbuh-tumbuhan. Contohnya : virgin coconut oil, olive oil, almond oil, cocoa butter, herbal aromatik dengan dasar minyak.

Bantal
Bantal digunakan untuk menyangga tangan saat dilakukan pemijatan.
Kursi
Untuk mendapatkan posisi pijat yang nyaman saat pemijatan, ibu duduk dikursi dan tangan dilipat pada atas meja untuk mendapatkan posisi payudara tergantung.

Materi Pijat Oksitosin



Gambar 1. Pijat Oksitosin

Pemantauan Dan Evaluasi

Pemantauan, dimaksudkan untuk mengamati kegiatan yang dilakukan tenaga kesehatan terhadap ibu nifas dengan cara melihat bagaimana cara tenaga kesehatan melakukan pijat oksitosin kepada ibu.

Evaluasi, melihat hasil yang dilakukan oleh tenaga kesehatan terhadap ibu nifas apakah sudah memenuhi dengan memastikan apakah ASI ibu keluar dengan lancar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Melalui Pelatihan Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di PMB Dince Safrina Kota Pekanbaru" dilakukan di PMB Dince Safrina. Peserta penyuluhan terdiri dari 8 orang tenaga kesehatan. Kegiatan ini dilakukan beberapa tahap, yaitu: Penyuluhan, Pelatihan, Pemantauan dan Evaluasi. Berdasarkan wawancara, tanya jawab dan pengamautan dan pemeriksaan langsung selama kegiatan berlangsung, kegiatan pengabdian pada masyarakat ini memberikan hasil sebagai berikut:

Penyuluhan yang dilakukan pada tanggal 3 September 2024 dengan sasaran Tenaga kesehatan yang ada di PMB Dince Safrina.

Penyuluhan ini diberikan untuk meningkatnya pengetahuan Tenaga kesehatan tentang bagaimana cara meningkatkan produksi ASI melalui pijat oksitosin. Sebelumnya sudah diberi beberapa pernyataan *pre test* dan peserta menjawab pertanyaan yang diberikan oleh tim saat penyuluhan. Dilihat dari jawaban yang ada pada saat *pre test* rata-rata jawabannya masih kurang tepat. Selanjutnya tim memberikan penyuluhan terkait pijat oksitosin yang nanti akan dilakukan oleh tenaga kesehatan semua peserta bersemangat dan memberikan banyak pertanyaan, pertanyaan yang diberikan dijawab oleh tim dengan sedikit memberikan contoh untuk pertanyaan yang telah diajukan peserta. Setelah penyuluhan selesai tim memberikan kembali *post test* untuk pertanyaan yang sama yang diberikan saat *pre test* peserta semua menjawab pertanyaan yang diberikan dan rata- rata memiliki penilaian 90 dari 10 pernyataan yang di berikan. Dari penyuluhan yang diberikan terlihat tenaga kesehatan memahami materi yang disampaikan oleh tim penyuluhan pada pengabdian masyarakat ini.



Gambar 2. Pemberian Materi Penyuluhan, Pre Test dan Post Test Pada Tenaga Kesehatan

Pelatihan pijat oksitosin dilakukan pada tanggal 3 September 2024 dengan sasaran Tenaga kesehatan yang berada PMB Dince Safrina.

Pelatihan pijat oksitosin disini berguna untuk melatih tenaga kesehatan dalam melakukan pijatan oksitosin guna pada saat selesai pelatihan nanti akan dilakukan pemantauan untuk melihat kesesuaian Tindakan yang dilakuakn melalui daftar tilik dan melihat apakah ASI sudah keluar sesaat setelah dilakukan pijatan oksitosin pada ibu. Meningkatkan produksi ASI melalui pelatihan pijat yang didampingi oleh terapis yang bersertifikat massase ibu dan bayi sehingga dimungkinkan peserta dapat mengaplikasikan pijat oksitosin tersebut dalam keseharian selama masa laktasi. Dari pemantauan yang dilakukan pada saat pelatihan terdapat beberapa ibu yang telah dilakukan pijat oksitosin ASI nya keluar menetes pada putting susu ibu sehingga ASI tersebut kita tampung dengan gelas sehingga tidak terbuang dan nantinya kita berikan pada bayi.



Gambar 3. Pelatihan Pijat Oksitosin

Pemantauan dan Evaluasi dilakukan selama 3 hari dengan kunjungan rumah mulai pada tanggal 4-6 September 2023 dengan melibatkan bidan di PMB Dince Safrina.

Pemantauan berguna untuk melakukan pantauan kepada para tenaga kesehatan dalam tindakan pijat oksitosin yang sudah dilakukan apakah sudah sesuai prosedur atau belum, dari peninjauan yang dilakukan di lapangan ada beberapa tenaga kesehatan yang tidak maksimal dalam melakukan pijatan oksitosin tersebut sehingga ASI tidak menetes keluar dari putting susu ibu pada saat setelah dilakukan pijat oksitosin.

Evaluasi berguna melihat dan menilai keberhasilan pengeluaran ASI setelah pemijatan. Dari pemantauan yang dilakukan kepada tenaga kesehatan posyandu tim memberikan form untuk melihat penilaian evaluasi. Hal ini terlihat saat tim melakukan kunjungan rumah hasilnya sangat bagus dengan berhasilnya ASI keluar saat setelah dilakukan pijat oksitosin bahkan ada beberapa ibu yang memompa ASI dan menyimpannya untuk stok ASI pada saat bekerja.

Pemantauan



Evaluasi



Gambar 4. Pemantauan dan Evaluasi

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berkoordinasi dengan Pimpinan PMB terlaksana dengan baik. Hasil pengabdian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tenaga kesehatan tentang pijat oksitosin. Dengan meningkatnya pengetahuan diharapkan tenaga kesehatan dapat mempraktekan materi yang diajarkan dan menerapkan kepada semua ibu menyusui yang berkunjung ke PMB. Setelah dilakukan pijat oksitosin ibu menyusui dapat merasakan rileks dan ibu juga dapat memberikan ASI pada bayinya.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berkoordinasi dengan Pimpinan PMB terlaksana dengan baik. Hasil pengabdian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tenaga kesehatan tentang pijat oksitosin. Dengan meningkatnya pengetahuan diharapkan tenaga kesehatan dapat mempraktekan materi yang diajarkan dan menerapkan kepada semua ibu menyusui yang berkunjung ke PMB. Setelah dilakukan pijat oksitosin ibu menyusui dapat merasakan rileks dan ibu juga dapat memberikan ASI pada bayinya.

SARAN

Diharapkan kepada Pimpinan Instansi Klinik agar meningkatkan pengetahuan tenaga kesehatan dengan mengikuti pelatihan Massage pada ibu dan anak yang mana hal ini juga menjadi bagian dari asuhan yang diberikan kepada pasien.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada Universitas Hang Tuah Pekanbaru melalui LPPM yang telah memberikan fasilitas dan dukungan dalam kegiatan pengabdian masyarakat tahun 2024, terimakasih juga saya ucapkan kepada Pimpinan PMB DInce Safrina Pekanbaru beserta staf yang telah memberikan izin dan berpartisipasi untuk mengikuti pelaskaaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sehingga terselenggaranya kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

Pitriani R, Andriyani R. Panduan Lengkap Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Normal [Internet]. Yogyakarta: Deepublish; 2014. 37 p. Available from: https://www.google.co.id/books/edition/Panduan_Lengkap_Asuhan_Kebidanan_Ibu_Nif/Fmz_CAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=nifas&printsec=frontcover.

Zubaidah, Rusdiana,. & Norfitri R. Asuhan Keperawatan Nifas [Internet]. Yogyakarta: Deepublish; 2021. Available from: https://www.google.co.id/books/edition/Asuhan_Keperawatan_Nifas/GN4lEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=Pijat+oksitosin&pg=PA69&printsec=frontcover.

Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementrian Kesehat RI. 2018;53(9):1689–99.

Dinkesprov. Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi RIAU. Vol. 148. Pekanbaru; 2019. 148–162 p.

Prov D. Profil Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru Tahun 2019. Vol. 53. 2013. 1689–1699 p.

Muawanah, S., & Sariyani, D. (2021). Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Baby Spa Pati. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)*, *12*(1), 7–15. https://doi.org/10.52299/jks.v12i1.77

Rahayu S, Sugiarto A. Efektifitas Pijat Oksitosin Terhadap Involusi Uteri Dan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal. Indones J Kebidanan. 2018;2(1):57.

Fasiha. (2020). Pijat Oksitosin Sebagai Upaya Optimalisasi Peran Kader Posyandu Dalam Pningkatan Cakupan ASI Ekslusif. Jurnal Abdimas PHB.

Hariani, Fauziah, A., Junaidi, A. H., & Putri, W. A. (2025). PENERAPAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM DI RSIA PERTIWI MAKASSAR: Application Of Oxytocin Massage To Improve Breast Milk Production In Post Partum Mothers At Rsia Pertiwi Makassar. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, *16*(1), 87–90. https://doi.org/10.32382/jmk.v16i1.1456

Astutik, R. 2014. Payudara dan Laktasi. Jakarta: Salemba Medika.