

PELATIHAN PIJAT OKSITOSIN BAGI PENDAMPING IBU NIFAS DI PMB SALABIAH KECAMATAN BANDASAKTI KOTA LHOEKSEUMAWE

Hafsah Us¹, Aida Fitriani², Nizan Maayah³, Elvieta⁴

^{1,2,3,4} Program Study Kebidanan Aceh Utara,, Poltekkes Kemenkes Aceh

email: hafsahusman30@gmail.com

Abstrak

Air Susu Ibu (ASI) eksklusif merupakan ASI yang hanya diberikan kepada bayi berumur selama 6 bulan, tanpa adanya tambahan cairan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air teh dan air putih, serta tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur nasi dan nasi tim (Kristiyansari, 2009). Berdasarkan data Kemenkes (2018), produksi ASI berkurang pada hari-hari pertama setelah melahirkan dikarenakan kurangnya rangsangan hormone prolaktin dan hormon oksitosin, dengan upaya yang dilakukan antara lain dengan melakukan inisiasi menyusui dini, memeras ASI dan melakukan pijat oksitosin. Indonesia menargetkan angka cakupan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif adalah 68,74 %, juga ditahun yang sama (2018) adalah Jawa Timur mendapatkan 77,51% ASI Eksklusif, dan khususnya data Dinkes Tuban (2019) mendapatkan 73,85%, yang meningkat menjadi 79,6%. Namun, pada tahun 2020 terjadi penurunan menjadi 76,93 % bayi yang mendapat ASI eksklusif. Propinsi Sulawesi Tengah mencapai target ASI Eksklusif, <50% berbeda jauh dengan data di Kota Lhokseumawe tahun 2021 dengan jumlah bayi lahir 4.069 hanya mendapatkan ASI eksklusif 3 mendapatkan ASI eksklusif. Data survey awal adalah Pelatihan pijat oksitosin belum pernah dilakukan di PMB Salabiyah Kecamatan Banda sakti Kota Lhokseumawe yaitu para pendamping ASI dari Kader Posyandu, para suami atau keluarganya. Metode kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah dengan metode ceramah, diskusi, serta simulasi dan demonstrasi dengan media leaflet dan audio visual. Jumlah Pendamping Ibu nifas yang mengikuti pelatihan sebanyak 25 orang. Hasil kegiatan pelatihan para pendamping ibu nifas PMB Salabiyah Kecamatan Banda sakti Kota Lhokseumawe diperoleh bahwa hasil analisis pengetahuan menunjukkan bahwa secara keseluruhan adanya peningkatan pengetahuan pada 25 orang peserta secara statistik terdapat pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan para pendamping ibu nifas sesudah mengikuti pelatihan pijat oksitosin. Maka disimpulkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan antara konsisten dan berkelanjutan memberikan pelatihan pada para pendamping ibu nifas (suami, keluarga atau kader) untuk dapat membantu proses perubahan perilaku ibu nifas memberikan ASI secara Eksklusif dan melaksanakan perawatan selama masa nifas.

Kata Kunci: Pelatihan, Pijat Oksitosin, Pendamping Ibu Nifas

Abstract

Exclusive breastfeeding is breast milk that is only given to infants aged 6 months, without the addition of other liquids such as formula, orange, honey, tea water and water, and without additional solid foods such as bananas, milk porridge, biscuits, rice porridge and rice team (Kristiyansari, 2009). Based on data from the Ministry of Health (2018), breast milk production is reduced in the first days after childbirth due to the lack of stimulation of prolactin and oxytocin hormones, with efforts made including early breastfeeding initiation, expressing breast milk and performing oxytocin massage. Indonesia's target coverage rate for exclusively breastfed infants is 68.74%, also in the same year (2018) East Java received 77.51% exclusive breastfeeding, and specifically Tuban Health Office data (2019) received 73.85%, which increased to 79.6%. However, in 2020 there was a decrease to 76.93% of exclusively breastfed infants. Central Sulawesi Province reached the exclusive breastfeeding target, <50%, in contrast to data in Lhokseumawe City in 2021 with a total of 4,069 babies born, only 3 received exclusive breastfeeding. Initial survey data is that oxytocin massage training has never been carried out at PMB Salabiyah, Banda sakti District, Lhokseumawe City, namely breastfeeding assistants from Posyandu Cadres, husbands or their families. The method of this community service activity is by lecture, discussion, and simulation and demonstration with leaflet and audio visual media. The number of postpartum mothers who participated in the training was 25 people. The results of the training activities of the PMB Salabiyah postpartum women assistants in Banda sakti District, Lhokseumawe City obtained that the results of knowledge analysis showed that overall there was an

increase in knowledge in 25 participants statistically there was a significant effect on increasing the knowledge of the postpartum women assistants after attending oxytocin massage training. So it is concluded that there is a significant increase in knowledge between consistent and continuous training for companions of postpartum women (husbands, families or cadres) to be able to help the process of changing the behavior of postpartum women to provide exclusive breastfeeding and carry out care during the postpartum period.

Keywords: Training, Oxytocin Massage, Postpartum Mother's Companion

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) eksklusif merupakan ASI yang hanya diberikan kepada bayi berumur selama 6 bulan, tanpa adanya tambahan cairan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air teh dan air putih, serta tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur nasi dan nasi tim (Kristiyansari, 2009).

World Health Organization (WHO), merekomendasikan tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan. Hal ini didukung berdasarkan laporan Pemberian ASI di Indonesia yang tidak mencapai 100% dilakukan. dan angka dunia bayi dengan ASI eksklusif mencapai 41%. Berdasarkan data di Kota Lhokseumawe tahun 2021 dengan jumlah bayi lahir 4.069, terdapat 3.197 dengan IMD, dan jumlah bayi umur 6 bulan 4.283 hanya 1465 terdapat dengan ASI eksklusif. Hal ini dapat menunjukkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif masih belum mendapatkan hasil yang optimal.

Secara fisiologis peranan ASI berpengaruh dalam pemenuhan nutrisi dan kekebalan tubuh, yang merupakan pilar utama tumbuh kembang kognitif, perilaku dan motorik bayi (Horta, de Sousa and de Mola, 2018; Nova and Afriyanti, 2018; Field, 2019). ASI sebagai makanan terbaik bagi bayi perlu diperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhinya.

Untuk melancarkan produksi ASI dapat dilakukan usaha-usaha yang merangsang hormon prolaktin dan oksitosin dengan melakukan perawatan yakni melalui pijat oksitosin. Pijat oksitosin dapat dilakukan melalui bantuan orang terdekat ibu nifas atau keluarga. Ketidaktahuan keluarga tentang pijat oksitosin menyebabkan keluarga tidak bisa berperan dalam upaya meningkatkan produksi dan lancarnya laktasi. Pijat oksitosin upaya merawat sedini mungkin payudara ibu untuk mempersiapkan payudara sebagai penghasil ASI dengan menstimulasi refleksi oksitosin melalui pemijatan tulang belakang bagian atas kearah bawah sampai pinggang dan diakhiri kearah luar sampai batas di bawah payudara. Secara fisiologis, pemijatan medula spinalis yang merupakan bagian dari susunan saraf pusat yang dikelilingi tulang belakang dapat merangsang produksi oksitosin oleh kelenjar hipofisis posterior.

Produksi ASI dipengaruhi oleh faktor langsung yang meliputi hormon prolaktin, perilaku menyusui, faktor fisiologi, faktor psikologi, faktor lain yaitu teknik pemerah ASI dan memijat payudara dan pijat oksitosin, sedangkan faktor tidak langsung meliputi pembatasan waktu ibu menyusui, faktor sosial budaya, paritas, umur, faktor kenyamanan ibu dan faktor bayi. Kamariyah dkk (2014), menyebutkan ada hubungan antara kondisi psikologis ibu dengan kelancaran produksi ASI, keadaan psikologis ibu yang baik akan memotivasi untuk menyusui bayinya. Proverawati (2010) menyatakan bahwa jumlah persalinan yang pernah dialami ibu memberikan pengalaman dalam memberikan ASI dan mengetahui cara untuk meningkatkan produksi ASI sehingga tidak ada masalah bagi ibu dalam memberikan ASI

Pelatihan dianggap penting untuk keluarga ibu nifas karena bertujuan meningkatkan pengetahuan, ketrampilan dan sikap keluarga ibu nifas dalam mencukupi kebutuhan laktasi. Dengan pelatihan pijat oksitosin pada keluarga ibu nifas, maka keluarga dapat melakukan pijat oksitosin pada ibu nifas sera mandiri sehingga membantu merangsang pelepasan hormon oksitosin yang akan memacu produksi ASI (Rusli, 2005).

Pelatihan pijat oksitosin pada pendamping ibu nifas (Suami, keluarga atau Kader) dilaksanakan dengan menggunakan teknik pelatihan metode pembelajaran orang dewasa, memanfaatkan ruangan yang ada, yaitu ruang di rumah ibu nifas. Pengabdian masyarakat yaitu melakukan pelatihan oxytocin massage pada pendamping ibu nifas di PMB Salabiah Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan Program Kemitraan Masyarakat (PKM) dengan sasaran pelatihan pijat oksitosin pada 25 responden yaitu keluarga atau suami ibu nifas, kader kesehatan wilayah PMB Salabiyah Kec. Banda Sakti Kota Lhokseumawe adalah keluarga ibu nifas 13 orang, kader kesehatan 12 orang. Materi pada pelatihan ini adalah ASI Eksklusif, upaya meningkatkan produksi ASI secara metode farmakologi dan non farmakologi, stimulasi Produksi ASI.

Metode pengabdian masyarakat adalah dengan berdiskusi, simulasi dan mendemonstrasikan pijat oksitosin dengan fasilitator adalah tiem peneliti sendiri berjumlah 3 orang dengan uraian materi pelatihan; ASI Eksklusif, upaya meningkatkan produksi ASI secara metode farmakologi dan non farmakologi, stimulasi Produksi ASI. Sedangkan mahasiswa membantu menyiapkan SOP, dan mempersiapkan daftar tilik setelah mengkoordinasi ruangan tempat pasien dengan bidan

Lokasi dan waktu kegiatan pengabdian masyarakat di PMB Salabiyah Kec. Banda Sakti Kota Lhokseumawe dengan lama waktu 1 bulan 15 hari diawali dengan evaluasi pre dan post test menggunakan daftar tilik pijat oksitosin, pelaksanaan di ruang nifas PMB Salabiyah sedangkan follow up pasca pelatihan di rumah ibu nifas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pada hari pertama dilakukan kegiatan brainstorming kepada kader kesehatan Ujong blang, kader Kaye gampong dan keluarga ibu nifas, dimana rata-rata mereka memberi jawaban adalah belum pernah mendengar bahwa dengan melakukan pijat oksitosin pada ibu nifas akan membantu proses kelancaran pengeluaran ASI. Hal ini menunjukkan bahwa skor terendah yang dimiliki oleh kader kesehatan dan keluarga ibu nifas sebelum di berikan pelatihan pijat oksitosin ibu nifas PMB Salabiyah.

Kegiatan pelatihan pijat oksitosin yang dilakukan selama 2 hari tanggal 24-26 Oktober 2022, dengan peserta berjumlah 12 orang kader kesehatan dari posyandu Ujong blang dan posyandu Kaye gampong dan 13 orang lagi berasal dari keluarga pasien ibu nifas dengan sesi kedua yaitu memberikan penyuluhan tentang ASI Eksklusif, upaya meningkatkan produksi ASI secara metode farmakologi dan non farmakologi, serta stimulasi Produksi ASI pada ibu nifas.

Berdasarkan dari hasil evaluasi pre-test dan post-test dengan menggunakan daftar tilik dan pelatihan pijat oksitosin dilaksanakan secara langsung ke ibu nifas di ruang nifas PMB Salabiyah Kec. Banda Sakti Kota Lhokseumawe.

Tabel 1. Hasil analisis uji *Wilcoxon* terhadap tingkat pengetahuan hasil *pre-test* dan *post-test*

Pengetahuan	Median (Min-Mak)	N (mean rank)		Nilai <i>p-value</i>
		(-) rank	(+) rank	
Pengetahuan sebelum penyuluhan (n=25)	6(4-12)	0 (0.00)	25 (13.00)	<0,001
Pengetahuan sesudah penyuluhan (n=25)	14(12-14)			

Uji *Wilcoxon*, tidak ada nilai yang sama (**ties=0**)

Hasil analisis statistik dengan uji *Wilcoxon* pada tingkat pengetahuan pre-test dan post-test sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan, dimana keseluruhan responden yang berjumlah 25 orang terjadi peningkatan pengetahuan setelah mengikuti penyuluhan dan pelatihan pijat oksitosin rerata (p -value <0.001), statistik menunjukkan adanya pengaruh pelatihan pijat oksitosin terhadap peningkatan pengetahuan, yang menunjukkan bahwa para pendamping ibu nifas akan memotivasi ibu dalam memberikan ASI eksklusif secara paripurna tanpa khawatir ASI berkurang dan juga akan membantu ibu nifas yang kesulitan dalam menyusui melalui edukasi ASI Eksklusif dan pijat oksitosin. Suradi & Tobing (2004), menyatakan bahwa pijat oksitosin perlu dilakukan untuk merangsang reflek oksitosin sehingga ibu merasa rileks dan tidak kelelahan setelah melahirkan sehingga membantu merangsang pengeluaran hormon oksitosin dan memacu produksi ASI.

Hasil penelitian Hanifah dan Hidayati (2019) yang berjudul pendidikan dan pelatihan kesehatan metode pijat endorphine dan oksitosin pada pembimbing ibu meneteki (Buteki) dalam upaya peningkatan produksi ASI menunjukkan bahwa terdapat peningkatan motivasi ibu menyusui bayi secara eksklusif kepada bayinya.

Kegagalan dalam proses menyusui sering disebabkan karena timbulnya beberapa masalah baik masalah yang terjadi pada ibu maupun masalah pada bayi. Masalah dari ibu timbul yang dimulai sejak sebelum persalinan (periode antenatal), masa persalinan dini dan pasca persalinan lanjut. Ibu sering mengeluh bayinya sering menangis dan menolak menyusui, sering diartikan ASI tidak cukup dan ASI tidak enak, dan tidak baik sehingga ibu mengambil keputusan untuk berhenti menyusui (Suradi dan Tobing, 2004).

Pijat Oksitosin memiliki beberapa manfaat antara lain; merangsang pelepasan hormone oksitosin, mempertahankan produksi ASI meskipun ketika ibu dan bayi sakit, mengurangi terjadinya sumbatan ASI, mengurangi bengkak payudara (engorgement), dan memperlancar proses involusi uterus. Peningkatan pengetahuan dengan 25 responden setelah mendapatkan penyuluhan serta mengikuti pelatihan pijat oksitosin, dengan rata-rata peningkatan pengetahuan ketrampilan sebesar 13 responden.

Penelitian Sumiaty dan Anna (2013) pijat oksitosin sejak hari pertama sampai hari ketiga memiliki peluang 8,45 kali memiliki dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin efektif meningkatkan produksi air susu ibu masa post partum. Pijat oksitosin ini dapat dilakukan sedini mungkin pada ibu post partum sehingga ibu post partum tidak dengan mudah untuk memutuskan memberikan susu formula pada bayinya karena masalah tidak lancar keluar ASI tersebut. Menurut Notoatmodjo (2010), factor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku manusia yaitu faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern; motivasi, pengetahuan, kecerdasan, persepsi, dan emosi yang berguna untuk mengolah rangsangan dari luar, dan faktor ekstern; lingkungan sekitar, baik fisik, non-fisik seperti: iklim, manusia, sosial ekonomi, dan kebudayaan.

Keberhasilan merupakan suksesnya kegiatan pelatihan yang dilakukan pada 25 responden semuanya berpartisipasi aktif selama dalam proses kegiatan yang diukur dengan hasil pos-test yang hampir keseluruhan responden dapat memberi jawaban benar serta dapat mendemonstrasikan secara tepat dan.

Pelatihan pendamping ibu nifas menjadi salah satu alternatif upaya terbentuknya perilaku memotivasi kesadaran ibu nifas untuk memberikan ASI Eksklusif. Edukasi dalam bentuk pelatihan merupakan aspek penting dalam pelayanan kesehatan reproduksi, khususnya asuhan ibu di masa nifas. Para petugas kesehatan akan terbantuan oleh aktifitas para pendamping ibu nifas, karena kontrol asuhan selama 24 jam akan lebih baik dan efektif dilakukan seperti; suami, keluarga ibu nifas ataupun kader kesehatan di PMB Salabiyah Kec. Banda Sakti Kota Lhokseumawe.

SIMPULAN

Kesimpulan kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu terjadinya perubahan peningkatan pengetahuan responden atau pendamping ibu nifas berjumlah 25 orang, mengenai ASI Eksklusif dan peningkatan keterampilan pijat oksitosin, keseluruhan dari pendamping ibu nifas mengalami peningkatan pengetahuan setelah mengikuti pelatihan pijat oksitosin.

SARAN

Disarankan agar petugas kesehatan perlu konsisten dan continue memberikan pelatihan kepada para pendamping ibu nifas (suami, keluarga atau kader) agar dapat membantu proses perubahan perilaku pada ibu nifas untuk memberikan ASI secara Eksklusif dan melakukan asuhan kebidanan selama masa nifas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu dan mendukung kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu Direktur Poltekkes Kemenkes Aceh, Kepala Puskesmas Banda Sakti Kota Lhokseumawe, PMB Salabiyah Banda Sakti Kota Lhokseumawe, para pendamping ibu nifas (keluarga dan kader posyandu) serta yang ketiga adalah mahasiswa terlibat dari Akademi kebidanan Aceh Utara Poltekkes Kemenkes Aceh

DAFTAR PUSTAKA

Armini NW, Marhaeni GA, Sriasih GK. 2020. Manajemen Laktasi Astari, A. M & Djuminah. (2012). Hubungan Perawatan Payudara Masa Antenatal dengan Kecepatan Sekresi ASI Postpartum. Jurnal

- diterbitkan. www.e-journal.umm.ac.id; 10 Juni, 2017; Jam 22 : 17 Wita. Astuti, Sri. 2015. Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Jakarta: Erlangga
- Dinkes DIY. 2018. Profil Kesehatan DIY Yogyakarta. DI Yogyakarta. Depkes RI. (2007). Pelatihan Konseling Menyusui. Jakarta : Depkes R Kamariyah, dkk. 2014.
- Buku Ajar Kehamilan untuk Mahasiswa & Praktisi Keperawatan serta Kebidanan. Jakarta: Salemba Medik
- Notoatmodjo, S. 2007. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. EGC. Jakarta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta.
- Nutrisi Bangsa. (2013). Faktor yang Mempengaruhi Lancarnya ASI. Artikel Sari husada (online).www.sarihusada.co.id/NutrisiUntukBangsa/Kehamilan-danMenyusui/Menyusui/FaktorYangMempengaruhi-Lancarnya-ASI; 10 Juni, 2017; Jam 22 : 27 Wita.
- Perinasia, 2007 dalam Wulandari, (2014). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Post Partum Di Rumah Sakit Umum Daerah Provinsi Kepulauan Riau
- Rineka Cipta Ali, Z. 2010, Pengantar Keperawatan Keluarga. EGC. Jakarta
- Roesli, U. 2005. Mengenal ASI Eksklusif. Jakarta: Trubus Agriwidya. (Rusli, 2005).
- Sari, I. R. 2017, Penerapan Pijat Oksitosin Pada Pasien Post Partum Normal Di Wilayah Puskesmas Sambiroto Kedung Mundu Semarang, diakses pada tanggal 15 Januari 2018, <http://repository.unimus.ac.id>. Repository Tauriska, T. A & Umamah, F. (2014). Hubungan antara Isapan Bayi dengan Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Rumah Sakit Islam Jemursari Surabaya. Jurnal diterbitkan. Surabaya : Program Studi S1 Keperawatan 17 Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya.
- Ummah, F. 2014, Pijat Oksitosin untuk Mempercepat Pengeluaran ASI pada Ibu Pasca Salin Normal Di Dusun Sono Desa Kentanen Kecamatan Panceng Gresik, Jurnal Vol.2, No XVII, diakses pada tanggal 15 Januari 2018, <http://stikesmuhla.ac.id>
- Widyasih, H. & Suhernidan, Rahmawati, A. 2013, Perawatan Masa Nifas, Yogyakarta; Fitramaya, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Becker. 1979. Dalam. Notoadmodjo S., (2012). Ilmu Kesehatan Weru Nurliawati (2010) dalam Saraung, dkk (2017) Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Ranotana Weru 16842-33862-1-SM.pdf