

## **PELATIHAN PIJAT LAKTASI PADA IBU MENYUSUI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS UPT SUKARAMAI KECAMATAN TAPUNG HULU**

**Endang mayasari<sup>1</sup>, Erma Kasumayanti<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Bangkinang, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Bangkinang, Indonesia  
endangmayasari85@gmail.com

**Abstrak:** Salah satu alasan penyebab ketidakberhasilan pemberian ASI ini adalah ibu kurang percaya diri bahwa ASI yang dimiliki dapat mencukupi kebutuhan nutrisi bayinya. Hal ini terjadi karena ASI yang tidak keluar atau hanya keluar sedikit pada hari-hari pertama setelah melahirkan. Metode pelaksanaan pada program pengabdian kepada masyarakat ini disusun secara sistematis: a. Tahap Persiapan, b. Persiapan materi edukasi dan promosi pijat bayi. c. Tahap Pelaksanaan Kegiatan, d. Pembuatan Artikel Pengabdian, e. Tahap Evaluasi, f. Tahap Pembuatan Laporan

**Kata kunci:** Pijat laktasi

**Abstract:** *One of the reasons for the failure of breastfeeding is that the mother lacks confidence that her breast milk can meet the nutritional needs of her baby. This happens because the milk does not come out or only comes out a little in the first days after giving birth. The implementation method for this community service program is systematically arranged: a. Preparation stage, b. Preparation of educational materials and promotion of baby massage. c. Activity Implementation Phase, d. Devotion Article Creation, e Evaluation Phase, f. Report Generation Stage*

**Keywords:** *Lactation massage*

### **Pendahuluan**

Pemerintah Indonesia membuktikan komitmennya dalam menurunkan angka kematian bayi dan mendukung pemberian ASI eksklusif mengeluarkan Undang-undang Kesehatan no 36 Tahun 2018 yang menekankan hak bayi untuk mendapatkan ASI eksklusif kecuali atas indikasi medis dan ancaman hukuman pidana bagi yang tidak mendukung. Termasuk di antara petugas Kesehatan. Salah satu alasan penyebab ketidakberhasilan pemberian ASI ini adalah ibu kurang percaya diri bahwa ASI yang dimiliki dapat mencukupi kebutuhan nutrisi bayinya. Hal ini terjadi karena ASI yang tidak keluar atau hanya keluar sedikit pada hari-hari pertama setelah melahirkan. Dalam kondisi yang penuh kekhawatiran dan tidak percaya diri karena merasa ASI nya tidak cukup, ibu memerlukan bantuan dan dukungan untuk dapat mempertahankan produksi ASI (Maryunani, 2012)

Desa Naumbai merupakan salah satu desa yang ada di kecamatan Kampar. Berdasarkan data yang di dapat, terdapat beberapa kendala yang dihadapi oleh ibu hamil yang ada didesa Naumbai dalam mengikuti kegiatan Penyuluhan Pijat Laktasi. Saat ini banyak ibu hamil dalam menjani kehamilannya belum sepenuhnya mengetahui tentang pijat laktasi yang bisa dilakukan selama kehamilan. Terkadang ibu menyusui terkesan takut melakukan pijat laktasi selama masa menyusui. Masih adanya ibu menyusui yang tidak mengetahui

tentang pijat menyusui, gerakan pijat dan manfaat dari melakukan pijat laktasi pada masa menyusui. Pihak desa menjelaskan masih banyak ibu menyusui yang memberikan susu formula pada masa menyusunya dikarenakan tidak banyaknya ASI dan tidak keluarnya ASI pada awal awal menyusui. Dalam hal ini pihak Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau Bangkinang menawarkan desa untuk segera meningkatkan upaya pelaksanaan Pijay bayi dalam Hal yang ditawarkan melalui: penyuluhan tentang pijat bayi, pelaksanaan pijat bayi dan pemberian obat- obatan dan vitamin.

Dengan adanya kegiatan ini diharapkan desa lebih mampu dan mandiri dalam melaksanakan pijat bayi dan pengawasan serta menumbuhkan kesadaran ibu menyusui sehingga terjadi peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku tentang pentingnya menyusui. Nantinya dapat meningkatkan derajat kesehatan bayi ke masa balita dalam menghadapi tubuh kembangnya.

### **Metode**

Metode pelaksanaan pada program pengabdian kepada masyarakat ini disusun secara sistematis: a. Tahap Persiapan, b. Persiapan materi edukasi dan promosi pijat bayi, c. Tahap Pelaksanaan Kegiatan, d. Pembuatan Artikel Pengabdian, e. Tahap Evaluasi f. Tahap Pembuatan Laporan

### **Hasil dan Pembahasan**

Hasil pelaksanaan kegiatan PPM secara garis besar dapat dilihat berdasarkan komponen sebagai berikut:

1. Koordinasi dengan pihak Puskesmas dan Kepala Desa  
Koordinasi dengan pihak Puskesmas dan Kepala Desa. Pihak Puskesmas dan Kepala Desa menerima dan mendukung kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh Tim Pengabdian masyarakat dalam rangka penyuluhan dan pelatihan pijat laktasi.
2. Penetapan waktu pengabdian masyarakat  
Pelaksanaan pengabdian masyarakat berdasarkan kesepakatan dengan pihak Puskesmas dan Kepala Desa yang dilakukan pada tanggal 15 Januari 2022.
3. Penentuan sasaran dan target peserta pelatihan  
Dari koordinasi dengan Pihak Puskesmas dan Kepala Desa maka sasaran pengabdian masyarakat adalah ibu hamil didesa Naubai sebanyak 20 orang
4. Perencanaan materi pengabdian masyarakat  
Materi pengabdian masyarakat yang telah direncanakan oleh tim pengabdian masyarakat meliputi cara pijat laktasi yang bermanfaat untuk memperbanyak ASI.

Tahapan persiapan di atas selanjutnya diikuti dengan tahap pelaksanaan. Pada tahap pelaksanaan program pengabdian dapat diuraikan bahwa:

1. Kegiatan pengabdian masyarakat tentang pijat bayi dilaksanakan pada tanggal 15 Januari 2022, di Desa Naubai.
2. Kegiatan pengabdian masyarakat dihadiri oleh 20 orang peserta yang berasal dari masyarakat, 4 orang pegawai kantor desa yang berdasarkan arahan kepala desa dan pihak penyelenggara pengabdian masyarakat.
3. Ibu menyusui senang mengikuti kegiatan karena menambah informasi seputar cara untuk memperbanyak ASI dan bagaimana cara melakukan pijat laktasi. Ibu menyusui sangat antusias mengikuti pelatihan dan melakukan pijat bayi sesama ibu yang hadir.
4. Pada sesi tanya jawab ada ibu menyusui yang bertanya, bagaimana cara melakukan pijat laktasi secara benar, makanan yang bermanfaat untuk memperbanyak ASI dan cara menyimpan ASI setelah di pompa.
5. Dalam kegiatan langkah pengabdian masyarakat beberapa ibu diminta untuk mengulang kembali beberapa materi yang sudah dijelaskan, mencontohkan Kembali bagaimana cara memijat laktasi secara benar dan mengajarkan kepada sesama anggota pelatihan bagaimana tahap- tahap dalam melakukan pemijatan.



**Gambar 1. Pemaparan materi penyuluhan**



**Gambar 2. Foto bersama peserta pengabdian masyarakat**

## **Kesimpulan**

1. Kegiatan pengabdian masyarakat tentang pentingnya pijat laktasi.
2. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan metode ceramah dan demonstrasi.

## **Ucapan Terima Kasih**

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat berupa penyuluhan dan pelatihan tentang Pijat laktasi di Desa Naumbai dapat terlaksana atas fasilitasi Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang dibiayai oleh Internal Fakultas Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. Oleh karena itu, tim PKM menyampaikan ucapan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu pelaksanaan kegiatan ini yaitu: Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai; Ketua LPPM, Kepala Desa dan Bidan Desa Naumbai, dosen-dosen dan mahasiswa Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.

## **Referensi**

- Suananda Y, 2018 Pranatal, post natal Yoga. Jakarta : Buku Kompas.
- Anggriyana widianti. 2015, Senam Kesehatan Aplikasi Senam Untuk Kesehatan. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Pratignyo T, 2018. Yoga ibu Hamil, Jakarta : kuntum
- Fauziah, Lestari. (2016). Efektivitas Latihan Yoga Prenatal dalam Menurunkan Kecemasan pada Ibu Primigravida Trimester III. Bandung: Universitas Padjajaran.
- Hamilton. (2010). Dasar-Dasar Keperawatan Maternitas. Jakarta: EGCAnggraeni Dyah. (2012). Melahirkan Tanpa Rasa Sakit. Yogyakarta
- Larsen EC, Wilken-Jensen C, Hansen A, Jensen DV, Johansen S, et al. (2013). Symptom-giving pelvic gridle relaxtion in pregnancy: invisible factors acta obstet agynecol Scand (diakses 29 Agustus 2018)
- Ayu Sekar. (2017). Kursus Kilat Senam Hamil. Yogyakarta: Araska.
- Aprillia, Y dan Ritchmond, B. (2011). Gentle Birth: Melahirkan Nyaman Tanpa Rasa Sakit. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia