

PEMBERDAYAAN KADER POSYANDU DENGAN PELATIHAN PIJAT OKSITOSIN DAN AKUPRESURE LAKTASI UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI

Fasiha¹, Widy Markosia Wabula², Susana Hatu³

^{1,2,3} Prodi Kebidanan Ambon, Poltekkes Maluku

e-mail: fasiha220478@gmail.com¹

Abstrak

Puskesmas Hitu merupakan salah satu puskesmas yang berada di wilayah kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Maluku Tengah. Memiliki 19 Posyandu dengan jumlah kader 95 orang kader. Peran kader memegang peranan penting dalam menjembatani masyarakat khususnya kelompok sasaran posyandu. Berbagai informasi dari pemerintah lebih mudah disampaikan kepada masyarakat melalui kader karena lebih tanggap dan memiliki pengetahuan kesehatan di atas rata-rata dari kelompok sasaran posyandu. Oleh karena itu Tim Pengabdian Dosen Prodi Kebidanan Ambon Poltekkes Maluku melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dengan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan memberikan keterampilan pada kader tentang pijat oksitosin dan akupresure laktasi pada ibu menyusui. Metode yang di gunakan yaitu pemberian materi di sertai modul, pemutaran dan pembagian video serta praktik pijat Oksitosin dan Akupresure Laktasi Titik ST15, ST16 dan ST18 yang diikuti sebanyak 27 orang peserta. Pelatihan ini mampu meningkatkan pengetahuan dengan rerata skornya 83,33. Kegiatan ini juga mampu memberikan ketrampilan bagi peserta tentang Pijat Oksitosin dan Akupresure Laktasi titik ST15, ST16 dan ST18, berdasarkan penilaian dengan menggunakan lembar checklist di peroleh rerata ketrampilan dengan skor 93,03. Hal ini menandakan pencapaian yang sangat baik. Diharapkan adanya evaluasi dan pendampingan berkelanjutan terhadap penerapan pijat Oksitosin dan Akupresure Laktasi bagi ibu menyusui untuk mengetahui evektifitas pijatan tersebut sehingga permasalahan dalam pemberian ASI dapat di atasi sehingga cakupan pemberian ASI Eksklusif mengalami peningkatan.

Kata kunci: Kader, Pijat Oksitosin, Pijat Akupresure

Abstract

Puskesmas Hitu is one of the health centers located within the working area of the Central Maluku District Health Office. Has 19 Posyandu with a total of 95 cadres. The role of cadres is crucial in bridging the community, especially the target groups of the posyandu. Various pieces of information from the government are more easily conveyed to the community through cadres because they are more responsive and possess above-average health knowledge compared to the target group of posyandu. Therefore, the Community Service Team of the Midwifery Study Program Ambon Poltekkes Maluku conducted community service activities aimed at increasing knowledge and providing skills to cadres about oxytocin massage and lactation acupressure for breastfeeding mothers. The method used included the provision of material accompanied by modules, the screening and distribution of videos, as well as the practice of Oxytocin massage and Lactation Acupressure at points ST15, ST16, and ST18, which were attended by 27 participants. This training was able to increase knowledge with an average score of 83.33. This activity also provided participants with skills in Oxytocin Massage and Lactation Acupressure points ST15, ST16, and ST18, based on assessments using a checklist, resulting in an average skill score of 93.03. This indicates a very good achievement. It is hoped that there will be continuous evaluation and support for the implementation of Oxytocin massage and Lactation Acupressure for breastfeeding mothers to determine the effectiveness of these massages, so that issues in breastfeeding can be addressed and the coverage of Exclusive Breastfeeding can be increased.

Keywords: Cadre, Oxytocin Massage, Acupressure Massage

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) sudah menjadi salah satu program dari World Health Organization (WHO) bagi anak sejak dilahirkan sampai bayi mampu mencerna asupan lain setelah usia enam bulan. Menurut WHO, ASI eksklusif berarti bayi hanya menerima air susu ibu dan tidak ada cairan atau padatan lain bahkan air, kecuali larutan rehidrasi oral atau tetes/sirup vitamin, mineral, atau obat-obatan. Ada bukti kuat bahwa menyusui mengurangi tingkat infeksi neonatus, dan juga memiliki manfaat kesehatan yang diduga dalam jangka panjang dapat mencegah hipertensi, diabetes, dan bahkan meningkatkan

kecerdasan intelektual (IQ). Zat-zat yang terkandung dalam ASI dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan syaraf dan otak, dan untuk kekebalan tubuh bayi terhadap beberapa penyakit serta mewujudkan ikatan emosional antara ibu dan bayinya (Agustina, 2022).

Air Susu Ibu merupakan makanan terbaik pada awal usia kehidupannya. ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibody karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan bermanfaat untuk mematikan kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI Eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi (Kementerian Kesehatan RI, 2020)

Beberapa intervensi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum dan menyusui adalah Pijat Oksitosin dan Akupresure. Pijat oksitosin merupakan salah satu intervensi secara non farmakologi untuk menstimulasi produksi ASI, yang dapat dilakukan oleh para pendamping ibu nifas dalam membantu proses ibu untuk menyusui. Pijat oksitosin dilakukan untuk merangsang reflek oksitosin atau refleksi *let down* (uswah, 2022). Akupresure dapat mempengaruhi produksi prolaktin sehingga akan meningkatkan produksi ASI. Akupresure yang di gunakan adalah *Acupresure for lactation* (Dita Rahmaika Arumsari & I Wayan Agung Indrawan Endang Sri Wahyuni, 2018; Lailatul Khabibah & Mukhoirotin Mukhoirotin, 2019; Saniyati Cholifah et al., 2018). Terdapat pengaruh pijat Akupresure laktasi terhadap produksi ASI ada ibu nifas, terapi pijat akupresur laktasi merupakan salah satu cara untuk mengatasi ketidاكلancaran produksi pada ASI. Teknik ini memaksimalkan reseptor prolaktin dan oksitosin sehingga meningkatkan produksi ASI (Nora Rahmanindar & Nisa, 2024).

Penelitian Fasiha, dkk 2020 dengan judul "Pengaruh Kombinasi Pijat Oketani dan Akupresur terhadap Kadar Prolaktin Pada Ibu Pasca Sectio Caesarea di Rumkit Tk. II Prof. Dr. J. A. Latumeten" di peroleh hasil terdapat peningkatan kadar prolaktin pada ibu yang dilakukan kombinasi pijat Oketani dan akupresur dengan rata – rata yaitu 151 ng/ml(Fasiha, Ismiyanti H. Achmad, 2022). Penelitian lainnya menyebutkan bahwa dengan melakukan pijat oksitosin berpengaruh dengan lancarnya pengeluaran ASI pada hari ke 2 pascasalin (Fasiha, 2022)

Puskesmas Hitu merupakan salah satu puskesmas yang berada di wilayah kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Maluku Tengah. Memiliki 19 Posyandu dan 95 orang kader. Peran kader memegang peranan penting dalam menjembatani masyarakat khususnya kelompok sasaran posyandu. Berbagai informasi dari pemerintah lebih mudah disampaikan kepada masyarakat melalui kader, kader-kader lebih tanggap dan memiliki pengetahuan kesehatan diatas rata-rata dari kelompok sasaran posyandu. Guna meningkatkan keterampilan seorang kader, salah satunya dengan meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader. Peningkatan pengetahuan dan ketrampilan ini salah satunya dilakukan dengan pendidikan dan pelatihan kader. Hal ini dimaksudkan untuk meningkatkan kualitas kader dalam memberikan penyuluhan kepada peserta posyandu, serta masyarakat di wilayah kerja posyandu.

Cakupan ASI Eksklusif di wilayah kerja puskesmas Hitu pada tahun 2022 sebesar 43,9% hal ini mengalami penurunan dimana pada tahun 2021 sebesar 52,6%, dimana belum sesuai target provinsi Maluku yaitu 45% pada tahun 2022. Berdasarkan data dari puskesmas Hitu, jumlah sasaran ibu nifas sebanyak 486 orang, ibu nifas yang menyusui sebanyak 330 orang. Dari hasil wawancara dengan Bidan Puskesmas bahwa beberapa faktor permasalahan yang sering terjadi pada ibu nifas / ibu menyusui sehingga yang menyebabkan tidak diberikannya ASI secara eksklusif. Salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam mengatasi permasalahan menyusui atau pemberian ASI adalah melatih kader posyandu sebagai orang yang sering berinteraksi dengan kelompok ibu.

Berdasarkan uraian di atas, kegiatan pengabdian Masyarakat yang dilaksanakan bertujuan Untuk meningkatkan pengetahuan dan memberikan keterampilan pada kader tentang pijat oksitosin dan akupresure laktasi pada ibu menyusui.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh Tim Dosen Prodi Kebidanan Ambon Poltekkes Kemenkes Maluku dengan melibatkan 3 orang mahasiswa dilaksanakan sampai evaluasi kegiatan dengan rentang waktu selama 1 bulan yaitu tanggal 21 September sampai dengan tanggal 26 Oktober 2024.

Tahap kegiatan diawali dengan koordinasi dengan Pimpinan Puskesmas Perawatan Hitu Bidan Koordinator dan Bidan Pendamping untuk pelaksanaan kegiatan serta persamaan persepsi peserta yang akan mengikuti kegiatan sehingga terpilih 28 orang kader posyandu yang ada di wilayah kerja Puskesmas Tulehu. Kegiatan pengabdian masyarakat bertempat di Aula Puskesmas Perawatan Hitu.

Tahapan pelaksanaan yaitu tanggal 21 September 2024, kegiatan di buka oleh Kepala Puskesmas, kemudian di lanjutkan dengan perkenalan Tim dan peserta yang didampingi oleh Bidan Koordinator

dan Bidan Pendamping. Metode yang digunakan adalah pembagian modul, pemberian materi menggunakan power point, praktik pada phantom serta audio visual video pijat oksitosin dan akupresure laktasi Titik ST15, ST16, ST18. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan diberikan pre test dan post test, serta evaluasi ketrampilan menggunakan lembar checklist. Kader yang sudah mendapatkan bimbingan cara melakukan pijat oksitosin dan akupresure untuk laktasi melakukan latihan mandiri di rumah. Setelah latihan mandiri, kader menerapkan ketrampilan pijatan pada ibu menyusui. Tim pengabdian melakukan observasi dan pendampingan langsung penerapan pada kegiatan Posyandu dan juga kader mengirimkan video penerapan pada ibu menyusui ke pada Tim Pengabdian. Evaluasi akhir ketrampilan menggunakan daftar check list pada tanggal 26 Oktober 2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam rentang waktu 1 bulan yaitu tanggal 21 Oktober sampai dengan tanggal 26 Oktober yang di mulai dari tahap kordinasi, pelaksanaan kegiatan, latihan mandiri di rumah menggunakan media video, menerapkan pada ibu menyusui dan tahap evaluasi. Dari 28 kader yang terpilih, sebanyak 27 orang yang bisa mengikuti kegiatan. Kader yang berpartisipasi sangat antusias selama pelaksanaan kegiatan. Mereka menyampaikan bahwa ini merupakan baru bagi mereka dan sangat senang mendapatkan tambahan ketrampilan yang dapat di terapkan nanti pada ibu – ibu menyusui sehingga dapat melancarkan produksi ASI.

Hasil Pre Test dan Post Tes yang dilakukan pada peserta pelatihan untuk mengetahui tingkat pengetahuan kader tentang materi yang sudah diberikan mengenai pijat oskitosin dan akupresure laktasi. Berdasarkan diagram di atas diperoleh hasil Rerata Pre Test adalah 67,41 dan hasil rerata Post Test adalah 83,33 hal menunjukkan bahwa ada peningkatan sebesar 15,92 hal ini berarti bahwa hampir seluruh peserta pelatihan memiliki pengetahuan yang baik mengenai materi yang sudah di berikan. Pengalaman merupakan salah satu faktor yang membentuk pengetahuan seseorang, sehingga banyak orang yang mengatakan pengalaman merupakan guru terbaik dalam hidup. Selain hal tersebut, paparan media juga menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, mengingat waktu sekarang ini banyak iklan yang mempromosikan tentang menyusui dan ASI.(SB et al., 2023).

Selain melakukan penilaian pengetahuan juga di lakukan evaluasi ketrampilan menggunakan lembar cheklist. Hasil evaluasi ketrampilan kader diperoleh rerata nilainya adalah 93,03, hal ini menandakan pencapaian yang sangat baik bagi peserta. Hal tersebut di karenakan peserta dibekali dengan media sehingga berlatih mandiri di rumah yang di sebelumnya di awali dengan kegiatan demonstrasi cara pijat oketani oleh Tim Pengabdian masyarakat. Demonstrasi adalah kegiatan yang dilakukan oleh seseorang untuk memberi contoh nyata bagaimana suatu kegiatan dilakukan dengan benar (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Kegiatan pengabdian Masyarakat yang dilakukan oleh Tim Dosen Prodi Kebidanan Ambon Poltekkes Kemenkes Maluku yaitu melakukan Pelatihan Pijat Oksitosin dan Akupresure Laktasi Titik ST15, ST16 dan ST18. Kader di bekal dengan media audio visual berupa video cara pijat oksitosin dan akupresure sehingga dapat belajar secara mandiri. Berdasarkan diagram 2 di atas, diperoleh hasil rerata ketrampilan kader adalah 93,03. Pelatihan yang dilaksanakan dengan membekali kader ketrampilan Pelatihan Pijat Oksitosin dan Akupresure Laktasi. Pemindahan pengetahuan dan keterampilan seseorang kepada orang lain untuk menjadi lebih mahir dalam pekerjaannya disebut pelatihan. Proses ini tidak terbatas pada lokasi atau formalitas, jadi di mana pun terjadi, itu disebut pelatihan (Rijanto et al., 2023). Tujuan pelatihan adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta sehingga mereka lebih terampil dan mampu melaksanakan tanggung jawabnya dengan baik sesuai standar. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah perlakuan. Dengan menggunakan multimedia, tujuan pelatihan dapat lebih dioptimalkan (SB et al., 2023). Penggunaan multimedia dalam pelatihan dimaksudkan untuk meningkatkan efisiensi dan efektivitas pelatihan, baik dalam hal waktu, dana, fasilitas, maupun tenaga kerja. Tujuan lain adalah untuk mempersiapkan pembelajaran individual sehingga seseorang memiliki waktu untuk mempelajari materi pelatihan secara lebih mendalam (Indrawan et al., 2020).

Upaya memberikan penanganan masalah ASI yang dilakukan oleh kader ASI ditunjang dengan adanya pengetahuan dan keterampilan yang telah diberikan melalui pelatihan. Semakin baik pengetahuan dan keterampilan kader, maka akan semakin baik kualitas pelayanannya terhadap sasaran ASI. Hal ini terbukti didukung dengan beberapa penelitian yang menyebutkan bahwa pengetahuan berpengaruh secara signifikan terhadap kualitas pelayanan(Dewi & Novianti, 2021)

SIMPULAN

Pelatihan Pijat Oksitosin dan Akupresure laktasi bagi Kader Posyandu di wilayah kerja Puskesmas Perawatan Hitu Kabupaten Maluku Tengah yang diikuti sebanyak 27 orang peserta memperoleh hasil yang memuaskan. Pelatihan ini mampu meningkatkan pengetahuan dengan rerata skornya 83,33. Kegiatan ini juga mampu memberikan ketrampilan bagi peserta tentang Pijat Oksitosin dan Akupresure Laktasi titik ST15, ST16 dan ST18, berdasarkan penilaian dengan menggunakan lembar checklist di peroleh rerata ketrampilan dengan skor 93,03. Hal ini menandakan pencapaian yang sangat baik.

SARAN

Diharapkan adanya evaluasi dan pendampingan berkelanjutan terhadap penerapan pijat Oksitosin dan Akupresure Laktasi bagi ibu menyusui untuk mengetahui evektifitas pijatan tersebut sehingga permasalahan dalam pemberian ASI dapat di atasi sehingga cakupan pemberian ASI Eksklusif mengalami peningkatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan ini :

1. Direktur Poltekkes Maluku yang telah memberikan dukungan dana dari DIPA Poltekkes Maluku dalam pelaksanaan kegiatan ini
2. Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Poltekkes Maluku yang memberikan dukungan dalam kegiatan ini
3. Kepala Puskesmas, Bidan Kordinator, dan Bidan Pendamping Puskesmas Perawatan Hitu yang telah menyiapkan fasilitas dan berkolaborasi selama pelaksanaan kegiatan
4. Para kader yang telah aktif berpartisipasi dan menunjukkan antusiasme dalam mengikuti pelatihan.
5. Tim Pengabd Dosen Prodi Kebidanan Ambon dan mahasiswa yang telah bekerja keras dalam menyiapkan dan melaksanakan kegiatan ini sehingga dapat berjalan dengan lancar dan sukses.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, N. (2022). *Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan*. Kementerian Kesehatan RI. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/372/bahaya-perokok-pasif
- Dewi, U. M., & Novianti, H. (2021). Pengaruh Pelatihan Kader Asi Terhadap Peningkatan Pelayanan Dalam Pemberian Asi. *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM. Mataram*, 6(1), 39. <https://doi.org/10.31764/mj.v6i1.1324>
- Dita Rahmaika Arumsari, & I Wayan Agung Indrawan Endang Sri Wahyuni. (2018). The Combination of Acupressure and Affirmation Relaxation as an Alternative Method to Increase Breast Milk Production and Breastfeeding Self-efficacy. *Research Journal of Life Science*, 5(1), 66–76. <https://doi.org/10.21776/ub.rjls.2018.005.01.7>
- Fasiha, Ismiyanti H. Achmad, W. M. W. (2022). Pengaruh Kombinasi Pijat Oketani dan Akupresur terhadap Kadar Prolaktin Pada Ibu Pasca Sectio Caesarea di Rumkit Tk. II Prof. Dr. JA Latumeten. Pengaruh Kombinasi Pijat Oketani dan Akupresur ter. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 13(2), 130–138. <https://www.jurnalpoltekkesmaluku.com/index.php/JKT/article/view/359/136>
- Fasiha, N. U. S. (2022). STUDI KASUSPENERAPAN PIJAT OKSITOSIN UNTUK MENGATASIKETERLAMBATAN ONSET LAKTASI PADA PERIODE AWAL POSTPARTUM. *Jurnal Kebidanan (JBd)*, 2(2), 85–95. <https://www.jurnalpoltekkesmaluku.com/index.php/JBD/article/view/404/138>
- Indrawan, I., Wijoyo, H., Wiguna, I. M. A., & Wardani, E. (2020). *MEDIA PEMBELAJARAN BERBASIS MULTIMEDIA* (Mukhtar Latif (ed.); 1st ed.).
- Kemendes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemendes.Go.Id*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Panduan Orientasi Kader Posyandu. In *Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI*. [https://ayosehat.kemkes.go.id/pub/files/files90046Buku Panduan Orientasi Kader Posyandu.pdf](https://ayosehat.kemkes.go.id/pub/files/files90046Buku%20Panduan%20Orientasi%20Kader%20Posyandu.pdf)
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. In *Kementerian Kesehatan RI*. Kementerian Kesehatan RI. https://doi.org/10.5005/jp/books/11257_5
- Lailatul Khabibah, & Mukhoirotin Mukhoirotin. (2019). *Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Rsud*. 3(2), 68–77.
- Nora Rahmanindar, & Nisa, J. (2024). Pengaruh Pijat Akupresur Laktasi (Akuprelaktasi) terhadap

- Produksi ASI pada Ibu Nifas di Kabupaten Tegal. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal Of Community Health)*, 10(3), 468–477. <https://doi.org/https://doi.org/10.25311/keskom.Vol10.1772>
- Rijanto, Astuti Setiyani, Sukesi, Ervi Husni, Queen Khoirun Nisa' Mairo, Purwanti, Dina Isfentiani, Tatarini Ika Pipitcahyani, & Sherly Jeniawaty. (2023). Pelatihan Kader Dalam Peningkatan Cakupan ASI Eksklusif Melalui Kelompok Pendukung ASI di Wilayah Puskesmas Pacarkeling Kecamatan Tambaksari Kota Surabaya. *International Journal of Community Service Learning*, 7(1), 10–111. <https://doi.org/10.23887/ijcsl.v7i1.53121>
- Saniyati Cholifah, Heni Setyowati ER, & Reni Mareta. (2018). Akupresur Pada Ibu Menyusui Meningkatkan Kecukupan Asupan Asi Bayi Di Kecamatan Mungkid. *Jurnal Keperawatan Maternitas*, 3(2), 111–117.
- SB, E. M., Khusniyati, E., & Purwati, H. (2023). Peningkatan Pengetahuan Kader Dalam Upaya Peningkatan ASI Eksklusif Melalui Pelatihan Manajemen Laktasi” Di Desa Leminggir Kecamatan Mojosari Kabupaten Mojokerto. *DIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 21–27. <https://doi.org/10.57101/dimasjurnal>
- Sembiring, S. M. B. (2019). Efek metode “OSINS” (Pijat Oketani, Oksitosin dan Sugestif) terhadap produksi ASI pada ibu nifas di bidan praktik mandiri wilayah Kecamatan Medan Tuntungan Kelurahan Mangga. *Efek Metode “OSINS” (Pijat Oketani, Oksitosin Dan Sugestif) Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Bidan Praktik Mandiri Wilayah Kecamatan Medan Tuntungan Kelurahan Mangga*, 6(1), 59–66. <http://36.91.220.51/ojs/index.php/phj/article/view/46>
- UNICEF. (2022). Pekan Menyusui Sedunia: UNICEF dan WHO serukan dukungan yang lebih besar terhadap pemberian ASI di Indonesia seiring penurunan tingkat menyusui selama pandemi COVID-19. In *Unicef* (pp. 1–1). <https://www.unicef.org/indonesia/id/press-releases/pekan-menyusui-sedunia-unicef-dan-who-serukan-dukkungan-yang-lebih-besar-terhadap>
- uswah. (2022). *Mengapa Pijat Oksitosin Bisa Lancarkan Produksi Asi? Ini Penjelasan Dosen UM Surabaya*. https://www.um-surabaya.ac.id/homepage/news_article?slug=mengapa-pijat-oksitosin-bisa-lancarkan-produksi-asi-ini-penjelasan-dosen-um-surabaya
- yankes.kemkes. (2022). Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. In *Kementerian Kesehatan RI*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/372/bahaya-perokok-pasif