

PENGUATAN PERAN KELUARGA DALAM KEBERHASILAN ASI EKSKLUSIF MELALUI EDUKASI PIJAT OKSITOSIN

Devy Lestari Nurul Aulia¹, Arum Dwi Anjani², Wahida Wahyuni Siahaan³, Sharifah Diana⁴

^{1,2,3}Prodi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Batam

Email: dv.aulia87@univbatam.ac.id, arum.dwianjani05@univbatam.ac.id, wahidawahyuni10@gmail.com, sharifahdiana@gmail.com

Keywords :

Exclusive Breastfeeding , Oxytocin Massage, Health Education

Abstract

Other factors that influence breast milk production include the mother's nutritional status, Early Breastfeeding Initiation (IMD), family support and the mother's own knowledge. One effort to increase breast milk production is with oxytocin massage. The aims of this activity are 1) Providing education about Exclusive Breastfeeding and how to stimulate breast milk production by doing Oxytocin Massage, 2) Demonstration of Oxytocin Massage for mothers and families to support the success of Exclusive Breastfeeding. The results of the activity show an increase in the knowledge of breastfeeding mothers with the majority having good knowledge of 83.3%. This PKM activity is expected to be able to motivate breastfeeding mothers to implement breastfeeding until 2 years old.

Kata Kunci :

ASI Eksklusif, Pijat Oksitosin , Pendidikan Kesehatan

Abstrak

Faktor lain yang mempengaruhi ketidاكلancaran produksi ASI antara lain status gizi ibu, Inisiasi Menyusu Dini (IMD), kebiasaan hidup yang buruk, dukungan keluarga dan pengetahuan ibu sendiri. Salah Satu upaya untuk melancarkan produksi ASI adalah dengan Pijat oksitosin. Tujuan kegiatan ini, adalah 1) Memberi edukasi tentang Asi Eksklusif dan bagai mana cara menstimulasi produksi ASI dengan melakukan Pijat Oksitosin, 2) Demo Pijat Oksitosin bagi ibu dan keluarga untuk menunjang keberhasilan ASI Eksklusif . Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan di PMB "A", bulan Januari 2024. Populasi ibu menyusui berjumlah 6 orang. Kegiatan PKM dilakukan dengan pemberian edukasi tentang ASI Eksklusif dan cara meningkatkan produksi ASI menggunakan *leaflet* serta demo Pijat Oksitosin. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu menyusui dengan mayoritas berpengetahuan baik sebesar 83,3 % Kegiatan PKM ini diharapkan mampu memotivasi ibu menyusui untuk menerapkan memberikan ASI sampai usia 2 tahun

1. PENDAHULUAN

ASI eksklusif merupakan pemberian makanan kepada anak sejak lahir sampai usia 6 bulan hanya dengan ASI tanpa makanan atau minuman apapun, kecuali obat-obatan dan vitamin. ASI mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan anak dan mudah dicerna bahkan oleh perut bayi yang masih kecil dan sensitif. Pemberian ASI saja sudah cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi anak hingga usia enam bulan. (Kemenkes RI., 2018)

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 menyatakan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia dibawah 6 bulan sebesar 44 %, hal ini masih kurang dari target pada tahun

2030 yaitu sebesar 50%. Masih rendahnya angka pemberian ASI eksklusif dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak dimasa depan. Pemberian ASI eksklusif dapat menjadi langkah awal dalam mengentaskan masalah gizi di dunia. WHO melaporkan bahwa pemberian ASI eksklusif hingga usia enam bulan dapat mencegah kematian lebih dari 200 ribu bayi setiap tahun (WHO), 2020).

Di Indonesia cakupan pemberian ASI Eksklusif tahun 2021 sebesar 71,58%. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun sebelumnya yaitu 69,62%, akan tetapi proporsi ASI eksklusif di sebagian besar provinsi masih di bawah rata-rata nasional (Kemenkes RI., 2021). Berdasarkan data dinas kesehatan Kepulauan Riau angka pemberian ASI eksklusif di tahun 2020 mencapai 44,9%, dan di Kota Batam sebesar 58,1 % angka cakupan ini masih jauh dari target nasional yaitu sebesar 80%. (Dinkes Prov. Kepri., 2019)

Produksi ASI yang kurang dan lambat keluar menjadi salah satu penyebab ibu tidak memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Ibu yang merasa cemas, stress dan ragu dalam pemberian ASI, dapat berdampak pada produksi ASI yang terhambat. Hal ini di dukung oleh penelitian bahwa alasan paling umum yang menyebabkan kegagalan pemberian ASI eksklusif adalah produksi ASI yang kurang (93,2 %).(Aryani, Y., Alyensi, 2019)

Faktor lain yang mempengaruhi ketidaklancaran produksi ASI antara lain status gizi ibu, Inisiasi Menyusu Dini (IMD), berat badan bayi saat lahir, usia kehamilan saat bayi lahir, pemilihan alat kontrasepsi, kebiasaan hidup yang buruk, dukungan keluarga dan pengetahuan ibu sendiri (Hastuti, P., Tri Wijayanti, I., 2017; Salamah, U., Prasetya, 2019). Pengetahuan ibu sangat penting sehingga edukasi kesehatan dapat dilakukan guna meningkatkan sikap positif dan peran aktif ibu dalam mengambil keputusan mengenai keberhasilan pemberian ASI hingga anak berusia 2 tahun. (Yetiani, 2020)

Terdapat beberapa solusi untuk mengatasi adanya keluhan dan kendala pengeluaran ASI yang sedikit. Salah satu metode yang bisa diterapkan adalah melalui pijat oksitosin. Pijat oksitosin yang diterapkan pada ibu menyusui mampu memperbanyak jumlah ASI pada hari ketiga pasca kelahiran. Selain itu, pijat oksitosin juga mempercepat fase produksi hormon menyusui, hormon prolaktin sehingga suplai ASI meningkat secara bertahap. Produksi ASI yang kuat juga mampu meningkatkan berat badan bayi menyusui, sehingga pertumbuhan bayi pun optimal.

Berdasarkan uraian permasalahan tersebut maka perlu adanya upaya peningkatan pengetahuan ibu dan keluarga oleh karena itu tim pengabdian Universitas Batam melakukan pengabdian masyarakat melalui pemberian edukasi Cara Peningkatan Produksi ASI dengan Pijat Oksitosin pada Ibu Bayi dalam Rangka Peningkatan keberhasilan ASI Eksklusif.

Tujuan kegiatan ini, adalah 1) Memberi edukasi tentang Asi Eksklusif dan bagai mana cara menstimulasi produksi ASI dengan melakukan Pijat Oksitosin, 2) Demo Pijat Oksitosin bagi ibu dan keluarga untuk menunjang keberhasilan ASI Eksklusif.

Manfaat dan potensi dalam kegiatan agar Ibu menyusui dan keluarga dapat mengetahui dan mengaplikasikan pijat oksitosin untuk membantu ibu melancarkan produksi ASI. Populasi dalam kegiatan ini adalah ibu menyusui di PMB "A" Wilayah Kerja Puskesmas Sengkuang

2. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan PkM berupa :

- 1) Melakukan pengukuran pengetahuan menyusui tentang ASI Eksklusif dan Cara meningkatkan produksi ASI
- 2) Proses edukasi dilakukan dengan penyuluhan dan diskusi dengan memberikan leaflet materi kepada sasaran
- 3) Demo dan pendampingan cara melakukan pijat oksitosin
- 4) Evaluasi pengetahuan sasaran menggunakan kuesioner tentang ASI Eksklusif dan cara meningkatkan produksi ASI

Sebelum pelaksanaan PKM, dilakukan pengumpulan data berupa survey pendahuluan. Hasil didapatkan jumlah populasi sebanyak 6 orang dan lokasi PKM dilaksanakan di PMB "A" Wilayah Kerja Puskesmas Sengkuang. Waktu pelaksanaan pada bulan Januari 2023.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM dilakukan dengan pemberian edukasi dengan menjelaskan tentang :

1. Pengertian ASI Eksklusif
2. Manfaat ASI Eksklusif
3. Herbal Laktogogum
4. Pengertian pijat oksitosin
5. Langkah Pijat Oksitosin

Setelah dilakukan edukasi dilanjutkan dengan demo dan pendampingan melakukan pijat oksitosin pada ibu menyusui. Kegiatan ini dihadiri oleh 6 ibu menyusui bersama keluarga, bidan serta kader posyandu yang menjadi mitra dalam kegiatan ini. pijat oksitosin diajarkan pada keluarga pasien, yaitu suami atau saudaranya karena pasien tidak bisa melakukannya secara mandiri. Kegiatan pemberian materi, diskusi serta demo berlangsung kurang lebih selama 60 menit.

Pada saat pemberian edukasi, peserta tampak antusias mendengarkan materi yang disampaikan, beberapa ibu mengeluhkan masalah saat menyusui seperti ASI yang hanya sedikit keluar, puting susu lecet dll. Saat demonstrasi pijat oksitosin, para ibu menyusui kelihatan sangat tertarik untuk memperhatikan dan ada tiga ibu yang ingin dilakukan pijat oksitosin secara langsung

Keberhasilan Kegiatan ini diukur melalui evaluasi setelah sesi diskusi dan demo selesai. Diawal kegiatan dilakukan *pretest* pada sasaran dengan menggunakan kuesioner dengan hasil dari 6 orang terdapat 1 orang (16,7%) berpengetahuan Kurang, 4 orang (66,7%) berpengetahuan cukup dan 1 orang (16,7%) berpengetahuan baik

Setelah pemberian edukasi dan tanya jawab dilakukan *Posttest* dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang sama dan mendapatkan hasil dari 6 orang terdapat 5 orang (83,3%) berpengetahuan baik dan 1 orang (16,7%) berpengetahuan cukup. Selain itu Evaluasi kegiatan juga dilakukan secara langsung, setelah tim pengabdian mempraktikkan pijat oksitosin, kemudian suami atau keluarga sasaran melakukan redemonstrasi. Secara umum, suami atau keluarga dari sasaran dapat melakukan pijat oksitosin secara benar. serta bersedia menerapkan pijat oksitosin dirumah untuk memperlancar produksi ASI.



Gambar 1
Pemberian Edukasi Tentang ASI Eksklusif dan cara meancarkan produksi ASI



Gambar 2
Demonstrasi Pijat Oksitosin

Berdasarkan evaluasi kegiatan yang dilakukan bahwa pemberian edukasi dengan metode penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan dari ibu menyusui dan mampu menerapkan pijat oksitosin dirumah untuk merangsang produksi ASI. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian dan pengabdian Masyarakat bahwa edukasi/ penyuluhan yang diberikan ke ibu menyusui secara langsung baik dengan pendampingan individu dan kelompok dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman bagaimana meningkatkan produksi ASI (Dwi Wicaksono, R., Dwilestari, R., & Utami, 2022; Lisnawati, N., Purantira, W. P., & Rizkika, 2023; Marlinda, E., Yusanti, L., & Purnama, 2021; Rosidi, I. Y. D., & Kadir, 2019; Wardani, R. K., 2020).

Demonstrasi pijat oksitosin yang telah dilakukan secara langsung dapat membantu ibu menyusui untuk mengetahui tehnik yang dapat dilakukan ibu dirumah untuk dapat memperbanyak produksi ASI. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian mengatakan bahwa pijat oksitosin mempengaruhi peningkatan berat badan bayi, frekuensi BAK bayi, frekuensi menyusu, dan lama tidur bayi. Hal ini menggambarkan bahwa pijat oksitosin mempengaruhi kelancaran ASI apabila dilihat dari indikator bayi (Suryani, E., & Astuti, 2018). Selain itu Kader kesehatan juga menjadi sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat, karena kader kesehatan merupakan salah satu ujung tombak tokoh masyarakat bidang kesehatan yang dekat dengan komunitas (Salamah, U., Prasetya, 2019)

Edukasi terkait ASI eksklusif dan Menyusui lebih baik apabila dilakukan sejak masa kehamilan sampai dengan ibu menyusui. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa konseling/edukasi yang dilakukan setelah melahirkan mempunyai pengaruh terhadap pemberian ASI selama 4 sampai 6 minggu, sedangkan konseling/edikasi yang dilakukan selama kehamilan dan setelah melahirkan mempunyai pengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif sampai 6 bulan. (Ambarwati, R., Muis, S. F., & Susantini, 2018)

4. KESIMPULAN

Pada kegiatan ini, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Kegiatan PKM berjalan dengan baik sesuai dengan yang telah di rencanakan.
2. Kegiatan PKM terdiri dari beberapa tahap yaitu persiapan, Pelaksanaan meliputi pretest, penyampaian materi, Diskusi tanya jawab, demonstrasi dan posttest.
3. Sasaran menunjukkan partisipasi aktif yang tergambar dari antusias responden yang bertanya dan mempraktekkan pijat oksitosin

4. Adanya peningkatan pengetahuan sasaran tentang ASI Eksklusif dan cara meningkatkan produksi ASI dengan melakukan pijat oksitosin
5. Ibu menyusui dan keluarga bersedia mengaplikasikan ilmu yang telah di dapatkan dalam kegiatan PKM ini

Saran dalam kegiatan PKM ini diharapkan mampu memotivasi ibu menyusui untuk menerapkan ASI Eksklusif dan menyusui sampai bayi berusia 2 tahun sehingga kebutuhan gizi bayi dapat terpenuhi optimal. Selanjutnya diperlukan adanya pendampingan dan edukasi mengenai MPASI sebagai persiapan menghadapi masa berakhirnya ASI eksklusif dan memenuhi kebutuhan makan bayi sesuai dengan tahapan perkembangan usia

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih atas doa, dukungan dan kepercayaan disampaikan kepada Universitas Batam melalui LPPM, Dekan Fakultas, PMB "A" dan berbagai pihak yang membantu dalam terlaksananya kegiatan ini.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada potensi konflik kepentingan yang relevan dengan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, R., Muis, S. F., & Susantini, P. (2018). Pengaruh konseling laktasi intensif terhadap pemberian air susu ibu (ASI) eksklusif sampai 3 bulan, *2*(1), 16–23.
- Anjani, A. D., Indrayani, I., Rumengan, A. E., & Aulia, D. L. N. (2023). Manajemen Intervensi Gizi Seimbang Pada Ibu Hamil Dan Ibu Menyusui Untuk Sumber Daya Manusia Berkualitas Bebas Stunting. *Jurnal Pendekar Nusantara*, *1*(1), 1-6.
- Aryani, Y., Alyensi, F. (2019). Penerapan Pijat Oksitosin Dalam Upaya Memperbanyak Produksi Asi Melalui Pelatihan Para Bidan, *3*(2), 361–367.
- Dinkes Prov. Kepri. (2019). *Profil Kesehatan*.
- Dwi Wicaksono, R., Dwilestari, R., & Utami, P. (2022). Pengaruh Edukasi Terhadap Perilaku Pemberian Asi Pada Ibu Bekerja Di Wilayah Kerja Kelurahan Mojosongo.
- Hastuti, P., Tri Wijayanti, I. (2017). nalisis Deskriptif Faktor Yang Mempengaruhi Pengeluaran Asi Pada Ibu Nifas Di Desa Sumber Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang.
- Kemenkes RI. (2018). *Warta Kesmas -Cegah Stunting Itu Penting. Warta Kermas*.
- Kemenkes RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia*.
- Lisnawati, N., Purantira, W. P., & Rizkika, A. (2023). Edukasi Pemberian Asi Pada Bayi Yang Baik Dan Benar Pada Ibu Menyusui Melalui Media Booklet. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, *6*(3), 948–961.
- Marlinda, E., Yusanti, L., & Purnama, Y. (2021). Giving Education And Assistance Of Lactation Preparation To Mrs "Y" G2p1a0 In Independent Midwifery Practice Satiarmi Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, *9*(1), 24–31.

- Rosidi, I. Y. D., & Kadir, A. (2019). No Title. *Pengaruh Edukasi Konselor Laktasi Terhadap Partisipasi Ibu Melakukan Inisiasi Menyusui*, 14(1), 98–103.
- Salamah, U., Prasetya, P. H. (2019). Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Dalam Kegagalan Pemberian Asi Eksklusif, 5(3).
- Suryani, E., & Astuti, K. E. W. (2018). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu postpartum di BPM Wilayah Kabupaten Klaten. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 123–128.
- Wardani, R. K. (2020).). Efektifitas konsumsi air tebu kombinasi dengan air jahe terhadap hiperemesis gravidarum di wilayah kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 9(1), 36–41.
- WorldHealth Organization (WHO). (2020). *Pekan Menyusui Dunia, Mendukung Semua Ibu Menyusui di Indonesia Selama Covid-19*. Retrieved from <https://www.who.int/indonesia/news/detail/03-08-2020-pekan-menyusui-dunia-unicef-dan-who-menyarankan-pemerintah-dan-pemangku-kepentingan-agar-mendukung-semua-ibu-menyusui-di-indonesia-selama-covid-19>
- Yetiani, N. (2020). Pengaruh Penyuluhan Pemberian Air Susu Ibu (Asi) Eksklusif Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Ibu. *Jurnal Dunia Kesmas*, 9(3).