

Pijat Oksitosin untuk Meningkatkan Produksi ASI

Ardila¹, Melly Kurnia Sari², Risma Aliviani Putri³, Heni Setyowati⁴

¹ Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, ardila032001@gmail.com

² Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, mellykurniasari2@gmail.com

³ Kebidanan Program Serjana, Universitas Ngudi Waluyo, putriendera@gmail.com

⁴ Kebidanan Program Serjana, Universitas Ngudi Waluyo, heni.setyo80@gmail.com

Korespondensi Email : ardila032001@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2024-12-07

Accepted, 2024-12-10

Published, 2024-12-19

*Keywords: Health
Education, Oxytocin
Massage and Breast Milk
Production*

Kata Kunci: Pendidikan
Kesehatan, Pijat
Oksitosin dan Produksi
ASI

Abstract

The problem of lack of breast milk production in postpartum mothers is very often found. This is due to postpartum mothers' lack of knowledge about oxytocin massage. Apart from that, the hospital has never carried out education or counseling regarding oxytocin massage for postpartum mothers to facilitate or increase breast milk production. This service aims to carry out oxytocin massage activities for postpartum mothers and evaluate knowledge of oxytocin massage for postpartum mothers. This community service method is pre-test, practice and post-test. The target of this service research uses a sample of 10 postpartum mother respondents at Tidar Hospital, Magelang City. This service will be held from 2 September to 8 September. The aim of this community service is to increase post partum mothers' knowledge about oxytocin massage to overcome breast milk problems and increase breast milk production after being given health education or health counseling. The implementation of activities is carried out in three stages, namely problem, solution and evaluation. Based on the results of the pre-test and post-test, the results showed that there was an increase in post-partum mothers' knowledge about oxytocin massage to overcome breastfeeding problems and increase breast milk production after being given health education or health counseling. The suggestion for continuing this activity at the next stage is to coordinate with the head of the room to provide oxytocin massage training in an effort to overcome the problem of lack of breast milk production more effectively, efficiently and comprehensively.

Abstrak

Permasalahan kurangnya produksi ASI pada ibu postpartum sangat sering ditemukan. Hal tersebut dikarenakan kurangnya pengetahuan ibu postpartum tentang pijat oksitosin. Selain itu pelaksanaan edukasi atau penyuluhan tentang pijat oksitosin pada ibu nifas untuk memperlancar atau meningkat produksi ASI belum pernah dilakukan oleh pihak rumah sakit. Pengabdian ini bertujuan untuk melaksanakan kegiatan pijat oksitosin

pada ibu post partum dan melakukan evaluasi pengetahuan pijat oksitosin pada ibu postpartum. Metode pengabdian masyarakat ini yaitu pre test, praktik dan post tes. Sasaran Penelitian pengabdian ini menggunakan sampel sebanyak 10 responden ibu postpartum di RSUD Tidar Kota Magelang. Pengabdian ini dilaksanakan pada bulan 2 September- 8 september 2024. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini apakah terjadi peningkatan pengetahuan ibu post partum tentang pijat oksitosin untuk mengatasi permasalahan ASI dan meningkatkan produksi ASI sesudah diberikan pendidikan kesehatan atau penyuluhan kesehatan. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan tiga tahap yaitu permasalahan, solusi dan evaluasi. Berdasarkan hasil pre test dan post test menunjukkan hasil bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu post partum tentang pijat oksitosin untuk mengatasi permasalahan ASI dan meningkatkan produksi ASI sesudah diberikan pendidikan kesehatan atau penyuluhan kesehatan. Saran untuk kelanjutan kegiatan ini pada tahapan berikutnya yaitu dengan mengkoordinasikan dengan kepala ruang untuk dapat memberikan pelatihan pijat oksitosin dalam upaya mengatasi permasalahan kurangnya produksi ASI secara lebih efektif, efisien dan menyeluruh.

Pendahuluan

Menurut World Health Organization (WHO) ada sekitar 10 juta bayi mengalami kematian, dan sekitar 60% dari kematian tersebut seharusnya dapat ditekan salah satunya adalah dengan menyusui, karena air susu ibu (ASI) sudah terbukti dapat meningkatkan status kesehatan bayi sehingga 1,3 juta bayi dapat diselamatkan. Untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian anak, United Nation Children Found (UNICEF) dan WHO merekomendasikan agar anak sebaiknya disusui hanya ASI selama paling sedikit 6 bulan. Makanan padat seharusnya diberikan sesudah anak berumur 6 bulan, dan pemberian ASI seharusnya dilanjutkan sampai umur dua tahun (WHO, 2018).

ASI Eksklusif memiliki kontribusi yang besar terhadap daya tahan tubuh anak sehingga anak yang diberi ASI Eksklusif tidak mudah sakit. Hal tersebut sesuai dengan kajian dan fakta global “The Lancet Breastfeeding Series” 2016 telah membuktikan bahwa menyusui eksklusif menurunkan angka kematian karena infeksi sebanyak 88% pada bayi berusia kurang dari 3 bulan, sebanyak 31,36% (82%) dari 37,94% anak sakit karena tidak menerima ASI Eksklusif. ASI eksklusif berkontribusi dalam menurunkan risiko obese, BBLR, stunting dan penyakit kronis (Nidatul, 2019).

Rata-rata angka pemberian ASI eksklusif di dunia baru berkisar 38 persen. Jika dibandingkan dengan target WHO yang mencapai 50%, maka angka tersebut masih jauh dari target. Indonesia menduduki peringkat ke tiga terbawah dari 51 negara di dunia yang mengikuti penilaian status kebijakan dan program pemberian makan bayi dan anak (Infant-Young Child Feeding) (IBI, 2018).

ASI sebagai makanan terbaik bagi perkembangan fisik, mental dan intelektual bayi telah banyak diketahui. Manfaat ASI akan sangat meningkat bila bayi hanya diberi ASI saja selama 6 bulan pertama kehidupannya. Setiap ibu dapat memberi ASI kepada bayinya secara eksklusif (Sabriana et al., 2022)

Banyak hambatan untuk suksesnya pemberian ASI eksklusif ibu yang bekerja telah diidentifikasi. Lima aspek dari lingkungan kerja yang memberikan kontribusi bagi

ibu secara keseluruhan persepsi dukungan menyusui di tempat kerja telah dijelaskan: kebijakan perusahaan / budaya kerja, manajer dukungan / kurangnya dukungan, dukungan rekan kerja / kurangnya dukungan, dan lingkungan fisik ruang menyusui (Suciati & Wulandari, 2020)

Berdasarkan data dari profil kesehatan Indonesia tahun 2020, cakupan presentasi bayi yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia adalah sebesar 61,33%. Pemerintah telah menargetkan pencapaian ASI Eksklusif di Indonesia sebesar 80%, namun hal itu masih belum tercapai hingga saat ini. Upaya untuk meningkatkan cakupan ini dengan memberikan informasi yang benar dan tepat mengenai berbagai manfaat ASI eksklusif bagi ibu maupun bayi sehingga dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi (Nurainun & Susilowati, 2021)

Kegagalan pemberian ASI disebabkan karena kondisi bayi dan kondisi ibu. Selain itu penyebab kegagalan menyusui adalah karena inisiasi yang terhambat, ibu belum berpengalaman, paritas, umur, tidak ada dukungan keluarga, kurang pengetahuan dan perilaku, faktor sosial budaya, dan kebijakan rumah sakit yang kurang mendukung laktasi. Kegagalan menyusui juga disebabkan karena faktor status gizi ibu sebelum hamil, selama hamil dan selama menyusui. Hal ini terjadi karena selama menyusui, terjadi mobilisasi lemak tubuh ibu untuk memproduksi ASI dan simpanan lemak ibu dengan status gizi lebih rendah dari simpanan lemak tubuh pada ibu normal (Umami & Margawati, 2018)

Produksi dan pengeluaran ASI merupakan dua faktor yang dapat mempengaruhi keluarnya ASI. Hormon prolaktin merupakan hormon yang dapat mempengaruhi produksi ASI sedangkan hormon oksitosin merupakan hormon yang mempengaruhi pengeluaran ASI. Salah satu alternatif untuk memperlancar produksi ASI yaitu dengan melakukan pijat oksitosin. Pemijatan oksitosin dilakukan di sepanjang tulang belakang (vertebrae) dengan tujuan untuk merangsang hormon oksitosin setelah melahirkan. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi refleksi oksitosin yaitu pikiran, perasaan dan emosi ibu. Pengeluaran oksitosin dapat terhambat atau meningkat oleh perasaan ibu. Hormon oksitosin akan menyebabkan sel-sel otot yang mengelilingi saluran pembuat susu mengerut atau berkontraksi sehingga ASI terdorong keluar dari saluran produksi ASI dan mengalir siap untuk dihisap oleh bayi. Jika ibu memiliki pikiran, perasaan dan emosi yang kuat, maka kemungkinan akan menekan refleksi oksitosin dalam menghambat dan menurunkan produksi ASI (Nurainun & Susilowati, 2021)

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan oleh mahasiswa kebidanan menunjukkan bahwa permasalahan kurangnya produksi ASI pada ibu postpartum sangat sering ditemukan. Hal tersebut dikarenakan kurangnya pengetahuan ibu postpartum tentang pijat oksitosin. Kebanyakan ibu postpartum menganggap hal tersebut adalah hal yang normal dan biasanya para ibu mengantisipasi masalah tersebut dengan meminum ASI Booster. Permasalahan lain yang ditemukan pada ibu postpartum di RSUD Tidar Kota Magelang yaitu terdapat masalah pada pelaksanaan edukasi atau penyuluhan tentang pijat oksitosin pada ibu nifas untuk memperlancar atau meningkatkan produksi ASI belum pernah dilakukan oleh pihak rumah sakit.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan agar ibu postpartum bisa melakukan upaya untuk meningkatkan produksi ASI dengan memenuhi kebutuhan nutrisi dan pijat oksitosin. Bentuk pengabdian kepada masyarakat berupa pendidikan kesehatan gizi ibu nifas dan pelatihan pijat oksitosin dalam upaya mengatasi masalah produksi ASI. Hal ini diharapkan dapat mengatasi masalah sehingga program ASI eksklusif dapat terlaksana dengan baik. Melalui kegiatan tersebut maka tujuan dalam penelitian ini untuk melaksanakan kegiatan pijat oksitosin pada ibu post partum dan melakukan evaluasi pengetahuan pijat oksitosin pada ibu postpartum.

Metode Pelaksanaan

Metode pengabdian masyarakat ini yaitu pre test, praktik dan post tes. Sasaran Penelitian pengabdian ini menggunakan sampel sebanyak 10 responden ibu postpartum di RSUD Tidar Kota Magelang. Pengabdian ini dilaksanakan pada bulan 2 September- 8 september 2024. Adapun kegiatan pengabdian masyarakat ialah sebagai berikut :



Gambar 1.1. Tahap Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

Waktu dan tempat kegiatan penjelasan tahap pelaksanaan pengabdian masyarakat ialah sebelum melaksanakan tahap 1 peneliti melakukan persiapan yaitu konsultasi kepala ruang dan observasi kebutuhan ibu post partum yang dilakukan pada Senin, 2 September 2024. Tahap 2 yaitu pendidikan kesehatan dan pelatihan pada ibu post partum di laksanakan dalam 2 periode yaitu Sabtu, 7 September 2024 dan Minggu, 8 September 2024 dan tahap 3 ialah evaluasi dilakukan dengan memberitahukan kepada ibu post partum bahwa setelah dilakukan pendidikan kesehatan dan pelatihan pijat oksitosin di dapatkan hasil adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan tentang hal tersebut. Evaluasi dilakukan pada saat setelah dilakukan Penkes.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan persiapan diawali dengan melakukan konsultasi kepada kepala ruang Intan terkait masalah yang terjadi pada ibu post partum di wilayah kerja RSUD Tidar Kota Magelang. Kemudian dilakukan observasi dan pendekatan kepada ibu post partum untuk mengetahui bagaimana pengetahuan ibu pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI. Selain itu peneliti melakukan anamnesa kepada ibu post partum bagaimana cara mengatasi permasalahan tersebut. Kegiatan lain yang dilakukan adalah kontrak waktu dengan ibu post partum atas ketersediaan menjadi responden.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ialah penyampaian pendidikan kesehatan tentang gizi ibu nifas dan pijat oksitosin. Kegiatan pendidikan kesehatan yang berikan kepada para ibu post partum yang menyusui dilakukan pada tanggal 7 september dan 8 september 2024 yang diikuti oleh 10 orang ibu post partum. Sebelum menyampaikan beberapa materi, peneliti melakukan perkenalan, menyampaikan maksud dan tujuan diadakannya kegiatan ini. Materi disampaikan dengan tujuan agar dapat meningkatkan pengetahuan ibu post partum sehingga diharapkan dapat meminimalkan terjadinya ASI kurang lancar.

Penyampaian materi dilakukan dengan ceramah dan diskusi bersama ibu post partum dimana metode ini melibatkan peserta langsung dalam proses pembelajaran untuk berdiskusikan dan penyampaian pengetahuan awal. Proses penyampaian materi menggunakan alat bantu atau media yang bertujuan untuk mempermudah peserta memahami materi yang disampaikan. Materi yang digunakan merupakan Bahasa yang mudah dipahami oleh peserta, menggunakan bahasa mudah dipahami oleh peserta. Alat bantu yang digunakan ialah alat bantu lihat sehingga membantu menstimulasi indera

penglihatan untuk menyampaikan pesan ke otak. Media yang digunakan dalam penyampaian materi ini adalah booklet dengan gambar yang menarik agar penyuluhan tidak monoton.

Peneliti memberikan kuesioner kepada ibu post partum untuk mengetahui pengetahuan ibu post partum sebelum mendapatkan pendidikan atau penyuluhan. Hasil pengisian kuesioner sebelum diberikan pendidikan atau penyuluhan kesehatan menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan ibu post partum tentang pijat oksitosin terutama pada soal nomor 5, 10, 11 dan 12. Soal nomor 5 yaitu tentang pengetahuan durasi pijat oksitosin, hanya 30% yang menjawab benar. Soal nomor 10 tentang nama lain dari hormon oksitosin hanya 20% dari responden yang menjawab benar, soal nomor 11 tentang pikiran ibu terhadap pengaruh produksi ASI hanya 30% yang menjawab benar dan soal nomor 12 tentang pelaku pijat oksitosin hanya 20% yang bisa menjawab benar.

Setelah melakukan pre test peneliti memberikan pendidikan kesehatan atau penyuluhan tentang pijat oxytocyn sebagai upaya meningkatkan produksi ASI. Semua materi diberikan namun ada pendalaman materi yang berdasar hasil pre test masih perlu didalami yaitu faktor- faktor yang mempengaruhi produksi ASI. Menurut (Novita et al., 2022) faktor yang mempengaruhi perilaku ibu terhadap pemberian ASI Eksklusif yaitu pengetahuan, pendidikan, pekerjaan dapat berpengaruh terhadap keputusan ibu untuk menyusui atau tidak. Selain itu pengaruh iklan susu formula dan opini masyarakat lainnya serta kegiatan ibu ikut menentukan keputusan ibu tentang menyusui. Kurangnya pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif, belum dipahaminya ASI secara tepat dan benar oleh ibu dan keluarga / lingkungannya, kurangnya pembekalan pengetahuan dari petugas kesehatan dapat menyebabkan ibu untuk memutuskan tidak menyusui atau memberi makanan pendamping terlalu cepat. Selain itu penyuluhan juga menyampaikan tentang durasi pijat oksitosin beserta tekniknya dan manfaat pijat oksitosin yang bisa dilakukan oleh bidan dibantu oleh suami/keluarga. Hal ini sesuai dengan pernyataan Rahayu (2018) bahwa pijat ini bisa dilakukan tenaga kesehatan dan lebih bagusnya dilakukan suami karena disamping menghasilkan hormon oksitosin juga menghasilkan hormon endorphin atau hormon kebahagiaan pada ibu.

Ibu post partum juga perlu mengetahui tentang pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI tanpa harus konsumsi obat pelancar ASI. Adapun upaya lain untuk merangsang hormon prolaktin dan hormon oksitosin dapat dilakukan dengan upaya pijat oksitosin. Pijat oksitosin merupakan salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI. Pemberian pijat oksitosin memiliki manfaat seperti menenangkan, mengurangi stress, membangkitkan rasa percaya diri, membantu ibu postpartum agar mempunyai pikiran serta perasaan yang baik tentang bayinya dan sebagainya (Processing, 2017). Pijat oksitosin terbukti bisa meningkatkan rasa rileks, tidur lebih nyaman dan berkualitas, mengurangi rasa sakit, mengurangi adanya stress dan membantu meningkatkan hormon oksitosin dan hormon prolaktin sehingga memperlancar produksi ASI (Taqwin et al., 2022)

Hasil dari penelitian (Sari & Syahda, 2020) tentang pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Bangkinang kota diperoleh ada pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu nifas, dikarenakan pijat oketani membuat payudara menjadi lebih lunak dan lebih luas, sehingga kelenjar-kelenjar air susu semakin banyak dan produksi ASI semakin banyak. Hasil ini dilihat dari bertambahnya volume produksi ASI ibu, bayi yang lama menyusu dan tenang saat menyusui. Hasil penelitian lain juga dari (Anggraini et al., 2022) tentang pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Lhok Bengkuang kecamatan Tapaktuan, didapatkan terapi pijat oketani membuat produksi ASI nya meningkat dan lancar, perubahan pada puting payudara dan tidak adanya tanda atau bendungan ASI setelah diberikan pijat oksitosin.

Kegiatan selanjutnya setelah penyuluhan ialah melakukan post test. Hasil post test dilihat dari hasil kuesioner yang diberikan kepada responden, dengan hasil yang lebih meningkat dibanding hasil pre test sebelum mendapatkan pendidikan atau penyuluhan tentang pijat oksitosin. Soal nomor 5 yang awalnya hanya 30% menjawab benar pada hasil post test mencapai 80%. Soal nomor 10 yang menjawab benar mencapai 70%, soal nomor 11 dan 12 jawaban yang benar mencapai 100%.

Berdasarkan hasil pre test dan post test mengalami peningkatan yang dapat dilihat pada tabel 4.1. berikut ini:

Tabel 4.1. Pengetahuan ibu post partum tentang pijat oksitosin sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan atau penyuluhan kesehatan

Mean	Median	Minimal	Maksimal
Pre	49,81	20,00	70,00
Post	80,66	70,00	100,00

Hasil pre-test ibu post partum di dapatkan nilai terendah 20,00 dan nilai tertingginya adalah 70,00. Sementara nilai rata-ratanya adalah 49,81. Hasil ini menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan ibu post partum tentang pijat oksitosin. Hal ini tersebut disebabkan kurangnya informasi tentang pijat oksitosin dari bidan atau tenaga kesehatan di RSUD Tidar Kota Magelang, sedangkan yang lainnya belum pernah mendapatkan informasi terkait hal tersebut. Hasil post-test ibu post partum di dapatkan nilai terendah adalah 70,00 dan nilai tertinggi 100,00 sementara nilai rata-ratanya adalah 80,66. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian informasi sangat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan. Berdasarkan hasil pre test dan post test pada tabel 4.1. menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu post partum tentang pijat oksitosin sesudah diberikan pendidikan kesehatan atau penyuluhan kesehatan.

Langkah-langkah pijat oksitosin juga disampaikan dan dipraktekkan seperti berikut ini : yang pertama mulai dipijat ibu sebaiknya dalam keadaan telanjang dada biarkan payudara menggantung tanpa pakaian dan menyiapkan cangkir yang diletakkan di depan payudara untuk menampung ASI yang mungkin menetes keluar saat pemijatan dilakukan jika berkenan ibu dapat melakukan pijat payudara dan kompres hangat terlebih dahulu. Mintalah bantuan pada suami/kerabat/pendamping ibu untuk memijat. Ada 2 posisi yang bisa ibu coba, yang pertama ibu bisa telungkup di meja atau posisi telungkup pada sandaran kursi Titik pijat dibagian leher dan tulang belakang. Gerakan memutar dengan ibu ari, pijat disisi kanan dan kirulung belakang. Lakukan pijatan memutar dengan gerakan pelan tapi tegas sebanyak tiga kali, jika sudah dilakukan sebanyak tiga kali kemudian telusuri dari atas hingga bawah. Lakukan pijatan yang sama sepanjang bahu sebanyak tiga kali. Titik pijat berikutnya disebelah tulang belikat, lakukan sebanyak tiga kali kemudian telusuri bagian sebelah tulang belikat. pijat dari atas ke bawah, disisi kanan dan kiri. Lakukan gerakan memutar sampai bawah sebanyak tiga kali, kemudian telusuri. Ulangi gerakan memutar dari bawah ke atas, lakukan sebanyak tiga kali kemudian telusuri dari atas ke bawah. Gunakan punggung jari bergantian antara tangan kanan dan kiri membentuk love, gerakan ini boleh dilakukan lebih dari tiga kali. Ulang sampai ibu merasa rileks. Pijat oksitosin dapat dilakukan kapanpun ibu mau dengan durasi 3-5 menit. Lebih disarankan dilakuka sebelum menyusui atau memerah ASI.

Peran keluarga dalam pijat oksitosin Pijat oksitosin tidak harus dilakukan oleh tenaga kesehatan namun dapat dilakukan oleh suami/pasangan atau keluarga yang mendampingi ibu pasca melahirkan yang sudah dilatih oleh tenaga kesehatan (Bidan). Adanya peran suami atau keluarga dalam kegiatan pijat oksitosin ini akan mendukung ibu dalam produksi ASI. Keterlibatan suami memberikan kontribusi yang bagus mengingat secara psikologis ibu apabila didampingi oleh suami akan merasa lebih tenang, nyaman dan privacynya sangat terjaga. Begitu juga dengan kerabat atau keluarga yang dinilai

dipercaya oleh ibu. Dengan situasi seperti ini maka hormon prolactin akan bekerja dengan efektif diarekanan ibu dalam kondisi rileks. Adanya hormone prolaktif tersebut mampu membuat produksi ASI semakin banyak.

Setelah diberikan pendidikan kesehatan dan pelatihan pijat oksitosin terdapat peningkatan pengetahuan pada ibu post partum yang dapat dilihat dari pengisian kuesoner pada Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan tentang gizi ibu nifas dan pijat oksitosin setelah diberikan pendidikan kesehatan terkait dengan hal tersebut.

Pengetahuan ibu post partum terkait pijat oksitosin yang dilampirkan dalam pertanyaan nomor 10,11 dan 12 sangat diperlukan guna dijadikan sebagai alternative asuhan komplementer yang diberikan dalam upaya meningkatkan produksi ASI, meningkatkan hormone oksitosin yang dapat membantu memperlancar pengeluaran ASI. Kegiatan evaluasi dilakukan langsung setelah diberikan kuesioner post-test dengan memberitahukan kepada ibu post partum bahwa terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan informasi tentang pijat oksitosin. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan percaya diri ibu post partum dan memberikan motivasi ibu post partum untuk meminta suami untuk melakukan pijat oksitosin sehingga produksi ASI lancar dan ibu juga merasa senang dan bahagia.

Dalam melakukan diskusi dengan ibu post partum yaitu hal yang dapat dengan mudah ibu post partum memperoleh informasi pendidikan kesehatan dan pijat oksitosin adalah dengan melakukan koordinasi terlebih dahulu kepada kepala ruang Intan sehingga masalah produksi ASI kurang dapat teratasi.

Kegiatan ini tidak hanya selesai sampai pada tahap evaluasi namun perlu ada rencana tahapan berikutnya yaitu dengan mengkoordinasikan dengan kepala ruang untuk dapat memberikan pelatihan pijat oksitosin dalam upaya mengatasi permasalahan kurangnya produksi ASI.



Gambar 1.2. Pijat Oksitosin Sebagai Upaya Meningkatkan Produksi ASI

Simpulan dan Saran

Disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman ibu setelah melahirkan mengenai pijat oksitosin untuk mengatasi masalah ASI dan meningkatkan jumlah produksi ASI setelah mendapatkan pendidikan kesehatan atau penyuluhan. Rekomendasi untuk langkah selanjutnya dari kegiatan ini adalah dengan bekerja sama dengan kepala ruang agar bisa memberikan pelatihan pijat oksitosin dalam usaha mengatasi masalah rendahnya produksi ASI secara lebih efektif, efisien, dan menyeluruh.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih saya berikan kepada Allah karena sudah memberikan kemudahan dan kelancaran dalam penulisan ini, kemudian saya ucapkan terimakasih

kepada rektor Universitas Ngudi Waluyo, Dekan Universitas Ngudiwaluyo, Kaprodi Universitas Ngudi Waluyo serta Dosen Pembimbing, dan Keluarga

Daftar Pustaka

- Anggraini, F., Erika, & Ade Dilaruri. (2022). Efektifitas Pijat Oketani dan Pijat Oksitosin dalam Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu (ASI). *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 5(2), 93–104. <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i2.24144>
- Novita, E., Murdiningsih, M., & Turiyani, T. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif di Desa Lunggaian Kecamatan Lubuk Batang Kabupaten OKU Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(1), 157. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i1.1745>
- Nurainun, E., & Susilowati, E. (2021). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas : Literature Review. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 7(1), 20. <https://doi.org/10.30602/jkk.v7i1.611>
- Sabriana, R., Riyandani, R., Wahyuni, R., & Akib, A. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11, 201–207. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.738>
- Sari, V. P. U., & Syahda, S. (2020). Pengaruh Pijat Oketani terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota. *Jurnal Doppler*, 4(2), 117–123. <https://core.ac.uk/download/pdf/354977898.pdf>
- Suciati, S., & Wulandari, S. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif : Literature Review Tinjauan Pustaka Tujuan Penelitian. *Jurnal Kebidanan*, 10(2), 1–6.
- Taqwin, T., Linda, L., & Ifda, N. (2022). Peningkatan Minat Ibu Hamil Memberikan ASI Eksklusif melalui Promosi ASI Eksklusif. *Jurnal Bidan Cerdas*, 4(2), 111–119. <https://doi.org/10.33860/jbc.v4i2.1130>
- Umami, W., & Margawati, A. (2018). Faktor-faktor Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 7(4), 1720–1730.