

Upaya Meningkatkan Produksi ASI Melalui Pijat Oksitosin

Suliani Dano¹, Risma Aliviani Putri², Elvira A.Goncalves³, Yunita T.Pidhi⁴

¹Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, inadano39@gmail.com

²Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, putriendera@gmail.com

³Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, elviragoncalves82@gmail.com

⁴Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, yunipidhi05@gmail.com

Korespondensi Email : inadano39@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2022-12-15

Accepted, 2022-12-18

Published, 2022-12-30

Kata Kunci : ASI, pijat

Keywords: Breast Milk

Abstract

Breast milk is the best baby food in terms of quality and quantity for babies aged 0-6 months. So the World Health Organization (WHO) recommends that every newborn get exclusive breastfeeding for six months. Based on the Performance Report of the Ministry of Health of the Republic of Indonesia, presenting the implementation of the healthy living community movement policy by districts/cities. The percentage of babies less than 6 months receiving exclusive breastfeeding reached 45.14% of the target of 35% or the proportion of performance coverage of 128.97%. The coverage of exclusive breastfeeding for the province of NTT in 2021 is 81.18% and the coverage of exclusive breastfeeding in Belu district is 87.5%. The problems experienced by partners related to 16 babies who were not breastfed at the UPTD Puskesmas Ainiba so that they could affect the health status, growth and development of babies and could be one of the factors influencing the increase in the number of toddlers with stunting. For this reason, action is needed to support breastfeeding again to the 16 babies by providing non-pharmacological therapy, namely oxytocin massage. The methods used in community service activities are lectures, presentation of material using power point media and leaflets as well as simulations of oxytocin massage techniques.

Abstrak

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan bayi yang paling baik dari segi kualitas maupun kuantitas bagi bayi yang berumur 0 – 6 bulan. Sehingga oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan agar setiap bayi baru lahir mendapatkan ASI eksklusif selama enam bulan. Berdasarkan Laporan Kinerja Kemenkes Republik Indonesia, presentase penerapan kebijakan gerakan masyarakat hidup sehat oleh kabupaten/kota. Presentasi bayi kurang dari 6 bulan mendapat ASI Eksklusif tercapai 45,14% dari target 35% atau persentase pencapaian cakupan kinerja sebesar 128,97%. Cakupan ASI Eksklusif untuk provinsi NTT pada tahun 2021 sebesar 81,18% dan

cakupan ASI Eksklusif di Kabupaten Belu adalah 87,5%. Permasalahan yang dialami oleh mitra yang berkaitan dengan 16 bayi yang tidak mendapat ASI di UPTD Puskesmas Ainiba, sehingga dapat berpengaruh pada status kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan bayi serta dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi bertambahnya angka balita dengan stunting. Untuk itu diperlukan tindakan yang mendukung pemberian ASI kembali bagi 16 bayi tadi dengan memberikan therapy non farmakologi yaitu pijat oksitosin. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat adalah ceramah, memaparkan materi dengan media power point dan leaflet dan simulasi tehnik pijat oksitosin.

Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan bayi yang paling baik dari segi kualitas maupun kuantitas bagi bayi yang berumur 0 – 6 bulan (Anggreini, Indasah dan Koesnadi, 2022). Sehingga oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan agar setiap bayi baru lahir mendapatkan ASI eksklusif selama enam bulan. Berdasarkan Laporan Kinerja Kemenkes Republik Indonesia, presentase penerapan kebijakan gerakan masyarakat hidup sehat oleh kabupaten/kota. Presentasi bayi kurang dari 6 bulan mendapat ASI Eksklusif tercapai 45,14% dari target 35% atau persentase pencapaian cakupan kinerja sebesar 128,97%. Cakupan ASI Eksklusif untuk provinsi NTT pada tahun 2021 sebesar 81,18% dan cakupan ASI Eksklusif di Kabupaten Belu adalah 87,5%.

Sekalipun ada peningkatan yang signifikan cakupan ASI Eksklusif pada tahun 2021 tapi kenyataan dilapangan masih ada bayi yang gagal mendapatkan ASI Eksklusif . Kurangnya produksi ASI pada fase pasca melahirkan menjadi pemicu kegagalan pemberian ASI Eksklusif. ASI yang kurang disebabkan produksi oksitosin yang terhambat pada fase ini sehingga mengganggu fungsi pengeluaran ASI. Menurut Wibowo (2014) bahwa hambatan menyusui eksklusif pada saat 1 minggu pasca persalinan disebabkan oleh karena produksi ASI masih kurang dan adanya anjuran dari pihak yang berpengaruh untuk memberikan susu formula. Keadaan yang menjadi salah satu hambatan pada pemberian ASI Eksklusif adalah persalinan dengan tindakan operatif Sectio Caesar (Yeni Yulianti, 2019). Dampak tindakan operatif Sectio Caesar pada proses menyusui saat fase awal persalinan cukup besar adanya efek anesthesia, mobilisasi dini yang terganggu karena ibu merasa sakit serta Inisiasi Menyusu Dini yang tidak terpenuhi ditunjang dengan bayi dirawat terpisah dari ibu, produksi Asi yang menurun serta pemberian susu formula pada bayi.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan bidan coordinator wilayah kerja kerja UPTD Puskesmas Ainiba, didapatkan data bahwa jumlah ibu hamil di UPTD Puskesmas Ainiba berjumlah 21 orang ibu hamil. Dalam satu tahun terakhir t tercatat ada 1 kasus kematian ibu dan 1 kasus kematian bayi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Ainiba. Pada tahun 2021 dari 35 kasus persalinan ada 5 kasus persalinan dengan tindakan Sectio Caesar dan persalinan pada tahun 2022 sampai dengan bulan Agustus 2022 terdapat 36 kasus ada 16 kasus persalinan dengan tindakan Sectio Caesar sehingga bayi-bayi yang lahir dengan tindakan secara langsung tidak mendapatkan ASI eksklusif, karena pemberian awal di RSUD Atambua adalah susu formula. Hal ini menyebabkan bayi tidak mendapat ASI Eksklusif sehingga bayi mudah sakit. Keadaan diatas akan mempengaruhi produksi ASI menjadi sedikit.

ASI yang kurang menjadi penyebab ibu memberikan susu formula sebagai tambahan agar mencukupi kebutuhan bayi akan nutrisi bahkan ibu bisa menghentikan

memberi ASI dan menggantikan dengan pemberian susu formula dan makanan pada bayi padahal umur bayi belum bisa untuk makan.

Upaya untuk membantu ibu menyusui dan bayi pada proses menyusui yang mempunyai masalah dengan produksi ASI adalah dengan memberikan pijatan di sepanjang tulang belakang (*vertebra*) mulai dari batas bawah leher sampai ke tulang costae kelima dan keenam, tindakan ini merupakan usaha untuk merangsang pengeluaran hormon oksitosin yang berperan penting pada pengeluaran ASI (Yeni Eliyanti, Ema Herawati, 2019). Pijatan ini selain berguna untuk meningkatkan produksi ASI tetapi juga memberikan ketenangan pada psikologis ibu agar menjadi nyaman sehingga ASI bisa keluar.

Permasalahan yang dialami oleh mitra yang berkaitan dengan 16 bayi yang tidak mendapat ASI di UPTD Puskesmas Ainiba, sehingga dapat berpengaruh pada status kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan bayi serta dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi bertambahnya angka balita dengan stunting. Untuk itu tindakan yang mendukung pemberian ASI kembali bagi 16 bayi tadi dengan memberikan therapy non farmakologi yaitu pijat oksitosin.

Metode

Proses kegiatan pengabdian masyarakat mengenai upaya untuk meningkatkan produksi ASI bagi ibu ibu nifas dan ibu menyusui yang mempunyai bayi 0 – 6 bulan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Ainiba melalui beberapa tahap yaitu : pengumpulan melalui data yang ada pada register ibu nifas dan register bayi yang mendapat ASI di UPTD Puskesmas Ainiba, yang dilakukan pada tanggal 8-12 September 2022. Penyusunan materi power point dan pembuatan leaflet dan menyiapkan simulasi tehnik pemijatan pijat oksitosin. Pelaksana membuat kontrak waktu kegiatan dengan pihak mitra dan calon peserta mengenai tanggal pelaksana. Membuat dan menyebarkan undangan bagi peserta kegiatan pengabdian masyarakat. Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah ceramah tentang ASI Eksklusif dan Pijat Oksitosin dengan menggunakan media power point dan leaflet serta melakukan simulasi tehnik pijat oksitosin.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan Kegiatan Oksitosin Pada Ibu Menyusui Untuk Meningkatkan Produksi ASI dilaksanakan pada tanggal 24 September 2022. Kegiatan pelaksanaan dilaksanakan langsung tatap muka dengan sasaran. Kegiatan di mulai dengan pretest, kuisioner berisi 10 soal. Setelah pretest kegiatan kedua adalah pemaparan materi dengan media power point dan penjelasan leaflet. Kemudian dilanjutkan dan dengan simulasi pijat oksitosin, setelah itu kegiatan ditutup dengan post-test.

Tabel. 1 Karakteristik Peserta Pijat Oksitosin Pada Ibu Menyusui Untuk Meningkatkan Produksi ASI

Keterangan	Frekuensi	%
Pendidikan		
SD	0	0
SMP	3	30
SMA	7	70
Pekerjaan		
Tani	2	20
Guru	3	30
Swasta	2	20
IRT	3	30
Jumlah	10	100

Berdasarkan tabel 1 peserta yang mengikuti pijat oksitosin pada ibu menyusui untuk meningkatkan produkdi ASI merupakan ibu menyusui 10 orang dengan tingkat

endidikan terdiri dari 3 orang ibu dengan pendidikan SMP (30%) dan 7 orang ibu dengan pendidikan SMA (70%) Status pekerjaan ibu terdiri dari tani 2 orang (20%), guru 3 orang (30%), swasta 2 orang (20%) dan Irt 3 orang (30%).

Sebelum kegiatan Pijat Oksitosin Pada Ibu Menyusui Untuk Meningkatkan ASI, dilakukan pretest terlebih dahulu untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan yang sudah dimiliki ibu menyusui tentang ASI dan Pijat Oksitosin :

Tabel. 2 Pengetahuan Ibu Menyusui Sebelum diberikan Pengetahuan Tentang Pijat Oksitosin untuk Meningkatkan Produksi ASI (Pre Test)

Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	3	30
Cukup	2	20
Kurang	5	50
Jumlah	10	100

Berdasarkan tabel 2 Pengetahuan ibu menyusui tentang ASI dan pijat oksitosin sebagian besar memiliki pengetahuan kurang 5 orang (50%), pengetahuan cukup 2 orang (20%) dan pengetahuan baik 2 orang (30%). Setelah dilakukan Pre test maka kegiatan dilanjutkan dengan pemberian informasi tentang ASI dan Pijat Oksitosin, kemudian dilanjutkan dengan diskusi bersama tentang masalah yang dihadapi ibu menyusui terkait menurunnya produksi ASI dan solusi untuk meningkatkan ASI. Berikut merupakan hasil post test pengetahuan ibu menyusui tentang ASI dan Pijat Oksitosin.

Tabel 5.3 Pengetahuan Ibu Menyusui Sebelum diberikan Pengetahuan Tentang Pijat Oksitosin untuk Meningkatkan Produksi ASI (Post Test)

Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	6	60
Cukup	3	30
Kurang	1	10
Jumlah	10	100

Berdasarkan tabel 3 tentang pengetahuan peserta yang sesudah diberikan edukasi peserta sebagian besar berpengetahuan baik 6 (60%) cukup 3 (30%) dan kurang 1 (10%). Ini menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta setelah pemberian edukasi tersebut.



Gambar 1 Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Menurut Agus dan Budiman (2014) pengetahuan seseorang juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan formal maupun non formal. Pendidikan berpengaruh pada proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah mendapatkan dan menerima informasi. Berdasarkan tabel hasil diatas, dapat dilihat hubungan antara tabel 5.1 karakteristik pendidikan peserta mayoritas Sekolah Menengah Atas 7 orang (70%), dan minoritas 3 orang (30%) yang belum terpapar pengetahuan tentang pijat oksitosin, dari hasil pre test (test sebelum) yaitu pengetahuan kurang 5 orang (50%), cukup 2 orang (20%) dan baik 3 orang (30%) mengalami peningkatan setelah mendapatkan pengetahuan tentang pijat oksitosin. Peningkatan pengetahuan dapat dilihat dari hasil post test yang dilakukan setelah kegiatan pengabdian masyarakat yaitu : peserta yang berpengetahuan kurang berubah dari 5 orang menjadi 1 orang (10%), pengetahuan cukup dari 2 orang menjadi 3 orang (30%) dan pengetahuan baik dari 3 orang menjadi 6 orang (60%). Dari hasil diatas dapat dilihat semakin tinggi tingkat pendidikan ibu maka semakin baik pengetahuan ibu tentang pijat oksitosin.

Sedangkan pada karakteristik pekerjaan ibu tidaklah tampak mempengaruhi pengetahuan ibu ini dilihat dari data, karena berdasarkan pengisian kuisioner setelah dilakukan kegiatan ibu yang tidak bekerja (IRT) mempunyai pengetahuan yang cukup dan baik tentang pijat oksitosin.

Penerapan pijat oksitosin pada ibu menyusui dapat meningkatkan produksi ASI sehingga kebutuhan bayi akan ASI dapat terpenuhi dan dapat menurunkan angka stunting dan angka gizi buruk. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mera Delima, dkk (2016) menyatakan, rata-rata produksi ASI responden sebelum dilakukan pijat oksitosin bermasalah. Rata-rata produksi ASI responden setelah dilakukan pijat oksitosin terjadi peningkatan yang signifikan terhadap produksi ASI dan ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI, karena ada perbedaan yang signifikan antara produksi ASI sebelum dan sesudah perlakuan.

Roesli dan Ummah (2014) mengatakan jalan keluar yang tepat agar ASI lebih cepat dan lancar dalam produksi serta pengeluaran adalah dengan melakukan pijatan pada sepanjang kedua belah tulang belakang (vertebra) sampai dengan os costae kelima dan keenam. Pijatan ini akan memberikan rasa nyaman serta rileks pada setelah menghadapi proses persalinan

Kelancaran produksi ASI sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya umur, gizi, emosional, psikis, fisiologis ibu dan lain-lain. Hal ini terbukti dari pijat oksitosin yang dilakukan sesuai dengan prosedur tetapi produksi ASI tidak lancar dan sebaliknya ada beberapa responden yang yang dilakukan sesuai prosedur tetapi produksi ASI lancar.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Albertina dan Shoufia (2015) ada hubungan yang signifikan pijat oksitosin dan kelancaran ASI. Selain itu dari penelitian (Azizah dan Yulinda, 2017) menyimpulkan bahwa ada hubungan pijat oksitosin yang dilakukan dengan kelancaran produksi ASI. Demikian pula dari hasil penelitian Sulaeman, Lina dan Madasah (2019) ditemukan bahwa pijat oksitosin mempengaruhi produksi ASI pada ibu post partum primi gravida.

Namun hasil penelitian diatas berbanding terbalik dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Siti dan Endah (2011) dalam Herna Rinayanti dan Tiurmadi (2022) bahwa tidak ditemukan hubungan signifikan antara pijat oksitosin yang dilakukan dengan kelancaran produksi ASI.

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini hasil yang ditemukan sesuai dengan tabel 3 tentang pengetahuan peserta yang sudah diberikan edukasi peserta sebagian besar berpengetahuan baik 6 (60%) cukup 3 (30%) dan kurang 1 (10%). Ini menunjukkan ada peningkatan pengetahuan peserta setelah pemberian edukasi tersebut. Dengan peningkatan pengetahuan responden diharapkan penerapan pijat oksitosin pada ibu menyusui dapat meningkatkan produksi ASI sehingga kebutuhan bayi akan ASI dapat terpenuhi dan dapat menurunkan angka stunting dan angka gizi buruk.

Simpulan dan Saran

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat mengenai upaya peningkatan produksi ASI melalui pijat oksitosin dapat dilihat meningkatnya pengetahuan peserta setelah dilakukan kegiatan cukup signifikan. Pijat oksitosin juga dapat dilakukan dirumah dengan dukungan suami dan keluarga, ibu dapat mencoba mempraktekkan sesuai dengan tehnik pijat oksitosin yang dilihat ibu pada saat simulasi.

Selain dukungan dari keluarga juga diharapkan peran serta dari pihak mitra untuk menambahkan SOP pijat oksitosin ke dalam prosedur tetap asuhan ibu pasca salin untuk mendukung ibu post partum dalam proses menyusui di fase awal. Masyarakat diharapkan encari informasi tentang pijat oskitosin dan mempraktikkannya kepada ibu pasca salin normal agar ASI segera keluar.

Ucapan Terima Kasih

1. Kaprodi S1 Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo yang telah mengarahkan dan mendukung kami.
2. Ibu Risma A. Putri, S.SiT., MPH yang telah mendukung, mengarahkan dan mendampingi kami selama pelaksanaan program pengabdian masyarakat
3. Kepala UPTD Puskesmas Ainiba selaku mitra yang telah menerima kami untuk melaksanakan program pengabdian masyarakat di wilayah kerjanya.
4. 16 orang ibu nifas yang bersedia menjadi responden.

Daftar Pustaka

- Dini Radiana Lubis., dan Legina Anggreini ,(2021). *Pijat Oksitosin Langkah Awal Gentle Breastfeeding*, ISBN 978-623-6121-44-3.,
- Milvan, H., Chrisma, M,N,Sembeiring., dan M,D,Samural. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Post Partum Sectio Caesar di RSUD Sembiring Delitua, *Jurnal Penelitian Kebidanan dan Kespro*, Vol 2 No 1
- Mariandini, Y dan Ningrum ,T(2015). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI, Volume VII Nomor 3, Juli 2016 ISSN 2086-3098 (cetak) ISSN 2502-7778 (elektronik) *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*
- Rahayuningsih, T, Mudigdo dan A.Murti (2016). Peran suami dalam mendukung Pengeluaran ASI dengan Pijat Oxytocin, *Jurnal Idaman*, Vol 1, (1),Desember,2017:1013
- DN. Hadiani, dan Rika Resmana, (2017). Pijat Oksitosin dan Frekuensi Menyusui Berhubungan dengan Waktu Pengeluaran Kolostrum pada Ibu Post SC di RS Kota Bandung. *JNKI*, Vol. 4, No. 3, Tahun 2016, 148-156.
- Dewi, Kunati Tungga, (2018). *Pengaruh Frekuensi Pijat Oksitosin Pada Ibu 10 Hari Pertama Postpartum. Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Di Puskesmas Gribig Kota Malang.*
- SM. Farida Hanum, Yanik Purwanti, dan I.Rohmah Khumairoh, (2015). Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI. *Midwiferia/* Vol. 1 ; No.1/April 2015.