

Pijat Oksitosin sebagai Upaya Meningkatkan Produksi ASI di RS Ken Saras

Feni Dwiyanti¹, Mila Elvi Ekayanti², Putri Cahya³, Ida Sofiyanti⁴,
Yulia Nur Khayati⁵, Rini Susanti⁶, Siti Musarofah⁷

¹Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, dwiyantifeni819@gmail.com

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

³Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, putricahayaintan341@gmail.com

⁴Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, idasofiyanti@gmail.com

⁵Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, yulia.farras@gmail.com

⁶Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, rinisusanti@gmail.com

⁷RS Ken Saras, andiensuse12@gmail.com

Korespondensi Email: dwiyantifeni819@gmail.com

Article Info	Abstract
<p><i>Article History</i> Submitted, 2024-05-11 Accepted, 2024-06-11 Published, 2024-06-24</p>	<p><i>Exclusive breastfeeding for the first 6 months of a baby's life is crucial, yet many mothers still experience challenges with inadequate milk production. Oxytocin massage is one solution to increase breast milk production by stimulating the oxytocin hormone. This community service aims to improve postpartum mothers' knowledge and understanding of oxytocin massage as an effort to increase breast milk production. The method used was observation with 20 postpartum mother respondents at Ken Saras Hospital. The activity was conducted in three stages: 1) Assessment of mothers' initial knowledge about oxytocin massage, 2) Socialization and practice of oxytocin massage, 3) Evaluation of mothers' knowledge after the education. Pre-test results showed that mothers' initial knowledge was still lacking, especially regarding the definition, benefits, and techniques of oxytocin massage. Mothers' education and occupation factors influenced their knowledge level. After the education, there was a significant increase in knowledge. The average pre-test score of 50.83 increased to 81.66 in the post-test. Mothers gained a better understanding of oxytocin massage as an effort to increase breast milk production. In conclusion, education and practice of oxytocin massage effectively improved postpartum mothers' knowledge about the benefits and techniques of oxytocin massage for smooth breast milk production. The increase in knowledge is expected to encourage mothers to apply oxytocin massage independently. Recommendations include: 1) Conducting health promotion with village midwives and local health centers, 2) Providing education and training on oxytocin massage to posyandu cadres, 3) Conducting ongoing mentoring for postpartum mothers. With these efforts, it is hoped that exclusive breastfeeding coverage can be increased</i></p>
<p><i>Keywords: Mother's Milk, Oxytocin Massage</i></p> <p>Kata Kunci : Air Susu Ibu, Pijat Oksitosin</p>	

through optimization of mothers' breast milk production using the oxytocin massage method..

Abstrak

Pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan bayi sangat penting, namun masih banyak ibu yang mengalami kendala produksi ASI yang tidak lancar. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk meningkatkan produksi ASI dengan merangsang hormon oksitosin. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu nifas tentang pijat oksitosin sebagai upaya meningkatkan produksi ASI. Metode yang digunakan adalah observasi dengan 20 responden ibu nifas di RS Ken Saras. Kegiatan dilakukan dalam tiga tahap: 1) Kajian pengetahuan awal ibu tentang pijat oksitosin, 2) Sosialisasi dan praktik pijat oksitosin, 3) Evaluasi pengetahuan ibu setelah penyuluhan. Hasil pre-test menunjukkan pengetahuan awal ibu masih kurang, terutama terkait pengertian, manfaat, dan teknik pijat oksitosin. Faktor pendidikan dan pekerjaan ibu berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan. Setelah diberikan penyuluhan, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan. Nilai rata-rata pre-test 50,83 meningkat menjadi 81,66 pada post-test. Ibu menjadi lebih memahami tentang pijat oksitosin sebagai upaya meningkatkan produksi ASI. Kesimpulannya, penyuluhan dan praktik pijat oksitosin efektif meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang manfaat dan teknik pijat oksitosin untuk kelancaran produksi ASI. Peningkatan pengetahuan diharapkan dapat mendorong ibu untuk menerapkan pijat oksitosin secara mandiri. Saran yang diberikan antara lain: 1) Melakukan promosi kesehatan bersama bidan desa dan puskesmas setempat, 2) Memberikan penyuluhan dan pelatihan pijat oksitosin kepada kader posyandu, 3) Melakukan pendampingan berkelanjutan pada ibu nifas. Dengan upaya tersebut, diharapkan cakupan ASI eksklusif dapat meningkat melalui optimalisasi produksi ASI ibu dengan metode pijat oksitosin.

Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan terbaik untuk bayi yang baru lahir dan merupakan satu-satunya makanan sehat yang diperlukan bayi pada bulan-bulan pertama kehidupannya. Namun demikian tidak semua ibu dapat memberikan ASI Eksklusif pada bayinya. ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan atau menggantikan dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral) (Profil Kesehatan Semarang, 2018).

Bayi yang mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) eksklusif memiliki kemungkinan 14 kali lebih kecil untuk meninggal dibandingkan dengan bayi yang tidak disusui. Pemberian ASI yang optimal sangat penting sehingga dapat menyelamatkan nyawa lebih dari 820.000 anak dibawah usia 5 tahun setiap tahunnya. Data Badan Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2019 sekitar 41% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif, sedangkan WHO menargetkan setidaknya 50% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2025 (WHO, 2019).

Masalah yang sering terjadi pada ibu nifas dalam menyusui salah satunya adalah ASI yang tidak lancar atau keluarnya hanya sedikit. Penyebab dari kegagalan dalam proses menyusui sering disebabkan karena beberapa hal diantaranya adalah tidak melakukan inisiasi menyusui dini (IMD) segera setelah bayi dilahirkan, kurangnya pengetahuan ibu tentang teknik menyusui, masalah pada puting susu (28%), payudara bengkak (25%), pengaruh iklan pada susu formula (6%), ibu yang bekerja (5%), pengaruh orang lain terutama keluarga (94%) oleh karena itu dukungan untuk pemberian ASI sangat diperlukan dari keluarga, masyarakat dan petugas kesehatan untuk menciptakan generasi yang sehat dan berkualitas (Profil Kesehatan Semarang, 2018)

Dampak bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif secara penuh sampai pada usia 6 bulan pertama kehidupan memiliki resiko diare akut lebih sering terjadi pada bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif (74,3%) dibandingkan dengan bayi yang mendapat ASI eksklusif (26,5%). Resiko tersebut 30 kali lebih besar dari pada bayi yang diberi ASI secara penuh dan bayi tidak diberikan ASI eksklusif, memiliki risiko kematian lebih besar karena terjadinya malnutrisi.

Kementerian Kesehatan menargetkan peningkatan target pemberian ASI Eksklusif hingga 80%. Namun pemberian ASI Eksklusif di Indonesia pada kenyataannya masih rendah hanya 74,5% (Balitbangkes, 2019) Data Profil Kesehatan Indonesia, cakupan bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif tahun 2018 sebesar 68,74 % (Profil Kesehatan Indonesia, 2018)

Persentase bayi baru lahir yang mendapat IMD di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2019 yaitu sebesar 79,7 %. Kabupaten/kota dengan persentase tertinggi bayi baru lahir mendapat IMD adalah Jepara (99,0 %), sedangkan kabupaten dengan persentase terendah adalah Grobogan (7,6%). Persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan di Jawa Tengah pada tahun 2019 sebesar 66,0 %, meningkat bila dibandingkan persentase pemberian ASI eksklusif tahun 2018 yaitu 65,6 %. Kabupaten/kota dengan persentase pemberian ASI eksklusif tertinggi adalah Purworejo yaitu 87,5 % dan terendah adalah Pemalang yaitu 36,4 %. Berdasarkan data dari Profil Dinas Kesehatan (DINKES) Kabupaten Semarang Tahun 2019 cakupan ASI Eksklusif sebanyak 55,4%. Menurut data Puskesmas Sumowono per tanggal 20 November 2022 di Desa Kemawi terdapat 10 ibu nifas, diantaranya ada yang mengalami produksi ASI kurang lancar. Padahal kita tahu pemberian ASI Eksklusif dapat selama 6 bulan sejak kelahiran hidup memberikan peranan penting dalam menjaga kesehatan dan mempertahankan kelangsungan hidup bayi.

Keberhasilan pemberian ASI Eksklusif ini sangat dipengaruhi oleh kelancaran produksi ASI sejak awal masa menyusui. Produksi ASI yang belum lancar pada awal masa menyusui ini merupakan salah satu masalah yang berperan penting dalam mempengaruhi ibu-ibu menyusui untuk memberikan susu formula pada bayi sejak dini. Hasil Riskesdas tahun 2018 yang mengungkap bahwa alasan utama bayi tidak pernah disusui karena ASI tidak keluar ataupun tidak lancar pada awal masa menyusui (65,7%), bayi usia 0-5 bulan (33,3%) telah diberikan makanan prelakteal dengan jenis makanan terbanyak (84,5%) yaitu susu formula.

Penyebab belum tercapainya pemberian ASI eksklusif di Indonesia dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah tidak lancar produksi ASI pada hari – hari pertama setelah melahirkan yang disebabkan kurangnya rangsangan hormon oksitosin dan prolaktin yang berperan dalam kelancaran produksi ASI sehingga dibutuhkan upaya tindakan alternatif atau penatalaksanaan berupa pijat oksitosin, karena pijat oksitosin sangat efektif membantu merangsang pengeluaran ASI. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Bewelli Fahmi et al., 2022) yang mengatakan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara pijatan oksitosin terhadap produksi ASI.

Manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidak lancar produksi ASI. Pemijatan pada sepanjang tulang (vertebrae) sampai tulang

costae kelima – keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (saputri & Yosepha Ginting, 2019) menurut asumsi peneliti bahwa pijat oksitosin yang dilakukan pada ibu postpartum dapat meningkatkan produksi ASI karena dapat memicu pengeluaran hormon oksitosin. Ketika dilakukan pijatan oksitosin maka oksitosin akan memicu sel – sel myopitel yang mengelilingi alveoli dan duktus untuk berkontaksi mengeluarkan ASI menuju Sinus dan puting susu sehingga terjadi pengeluaran ASI dan produksi ASI meningkat. Hasil penelitiannya terlihat adanya peningkatan rata – rata sebelum dan sesudah pijat oksitosin.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Marantika et al., 2023), rata – rata frekuensi menyusui bayi sebelum dilakukan pijat oksitosin adalah 16 responden (100%) <8 – 12 kali sehari dan rata – rata frekuensi buang air kecil bayi sebelum dilakukan pijat oksitosin adalah 16 responden (100%) <6 – 8 kali sehari dan rata – rata frekuensi menyusui bayi setelah dilakukan pijat oksitosin adalah terdapat 9 responden (56,2%) yang frekuensi menyusui bayinya <8 – 12 kali sehari sedangkan rata – rata frekuensi buang air kecil bayi setelah dilakukan pijat oksitosin adalah terdapat 9 responden (56,2%) yang frekuensi buang air kecil bayinya $\geq 6 - 8$ kali sehari dan 7 responden (43,8%) yang frekuensi buang air kecil bayinya <6 – 8 kali sehari. Hal ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI.

Dari penjelasan dan jurnal di atas dapat dilihat bahwa pijatan oksitosin memiliki pengaruh yang baik untuk meningkatkan produksi ASI. Maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan program pengabdian masyarakat mengenai “Pijat Oksitosin sebagai Upaya Meningkatkan Produksi ASI di RS Ken Saras”

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa praktik penerapan Pijat Oksitosin kepada ibu nifas yang ada di RS Ken Saras. Kegiatan pengabdian ini dilakukan dalam beberapa tahap yaitu pada tahap 1 Memberikan informasi pada ibu mengenai Pijat Oksitosin. Tahap 2 Memberikan Pendidikan Kesehatan tentang Pijat Oksitosin sebagai upaya Meningkatkan Produksi ASI, Mempraktikkan Pijat Oksitosin ke salah satu ibu nifas. Tahap 3 Melakukan evaluasi kepada ibu nifas dengan memberikan beberapa pertanyaan.

Hasil Dan Pembahasan

Intervensi mandiri bidan dan dengan mudah dipilih dalam penatalaksanaan merangsang produksi ASI.

Pengetahuan Responden

Berdasarkan hasil penelitian/penyuluhan didapatkan bahwa sebagian responden penyuluhan dapat menyebutkan pengertian pijat oksitosin, manfaat pijat oksitosin, kapan dilakukan pijat oksitosin.

Pengetahuan Ibu Menyusui Sebelum dilakukan Penyuluhan Pijat Oksitosin

Hasil wawancara mendalam didapatkan bahwa tidak semua ibu menyusui menunjukkan sikap positif terhadap pendapat orang lain. Ada beberapa pendapat dan beberapa saran yang ditanggapi positif dan ada juga yang tidak. Dalam (Notoatmodjo, 2014) sikap adalah penilaian (bisa berupa pendapat) seseorang terhadap stimulus atau objek (dalam hal ini masalah kesehatan, termasuk penyakit). Setelah seseorang mengetahui stimulus atau objek, proses selanjutnya akan menilai atau bersikap terhadap stimulus atau objek kesehatan tersebut. Ada hambatan yang dialami oleh beberapa ibu menyusui dalam meningkatkan produksi ASI yang terjadi pada saat melakukan berbagai cara. Sehingga ibu menyusui pernah bersikap acuh tak acuh pada saat produksi asi berkurang, karena cara yang dilakukan tidak mendapatkan hasil yang diharapkan.

Cara-cara yang diyakini responden untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan makan makanan yang bergizi, namun ada beberapa ibu menyusui yang langsung

memberikan susu formula unruk anaknya dengan alasan ibu takut jika anaknya tidak tercukupi nutrisinya. Kemudian kami memberikan pre test berupa 12 pertanyaan yang akan diisi oleh reponden dengan memberikan tanda V di kolom benar/ salah menurut responden, dan hasil pre test secara keseluruhan dapat kita.

Hasil pengisian kuesoner menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan ibu post partum tentang pijat oksitosin terutama pada soal 3 “pijat oksitosin tidak boleh di lakukan setiap hari” sebanyak (100%) dan soal nomor Satu “pengertian pijat oksitosin” sebanyak (100%) dan soal nomor sebelas “pikiran ibu dapat mempengaruhi produksi ASI” sebanyak (100%), soal nomor 12 “pijat oksitosin tidak hanya dilakukan oleh tenaga kesehatan, tetapi dapat dilakukan oleh suami/ keluarga” sebanyak (100%) dan jumlah responden 20 yang menjawab salah adalah sebanyak 20 %.

Tabel 1. Distribusi penilaian jawaban peserta sebelum diberikan materi penyuluhan

No	Pertanyaan	Jawaban Benar (%)	Jawaban Salah (%)	Total (%)
1	Pengertian pijat oksitosin	90	10	100
2	ASI yang berwarna kuning atau yang disebut dengan kolostrum adalah ASI yang paling kaya akan antibodi untuk bayi	80	20	100
3	Pijat Oksitosin tidak boleh dilakukan setiap hari	100	0	100
4	pijat oksitosin merangsang pengeluaran hormon prolaktin untuk memperlancar produksi ASI	50	50	100
5	Durasi pijat oksitosin adalah 15 menit dengan frekuensi pemberian pijatan 1-2 kali dalam sehari	40	60	100
6	Pijat Oksitosin dilakukan dengan posisi berbaring telungkup	30	70	100
7	Pijat oksitosin dapat dilakukan dengan dua posisi yaitu telungkup dimeja atau telungkup pada sandaran kursi	80	20	100
8	Titik pemijatan di bagian leher dan tulang belakang. Gerakan memutar dengan ibu jari hanya pada bagian salah satu sisi saja	40	60	100
9	Manfaat pijat oksitosin selain untuk memperlancar asi dapat membuat ibu lebih rileks dan lebih percaya diri	60	40	100
10	nama lain dari hormon Oksitosin adalah hormon cinta dan kasih sayang	20	80	100
11	pikiran ibu dapat mempengaruhi produksi ASI	20	80	100
12	pijat oksitosin tidak hanya dilakukan oleh tenaga kesehatan, tetapi dapat dilakukan oleh suami/ keluarga	20	80	100

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner yang kami bagikan menunjukkan masih kurangnya pengetahuan pada ibu nifas pada pertanyaan no 6 tentang “Tindakan Pijat Oksitosin”. Pada point tersebut yang menjawab salah (40%) maka dapat diartikan bahwa

peserta penyuluhan belum tahunya responden atau ibu nifas tentang pijat oksitosin. Dikarenakan pendidikan dan pekerjaan dari ibu sangat berperan penting dalam pemberian nutrisi pada anak. Jadi, dapat di uraikan sebagai berikut:

Pendidikan

Hasil olah identitas data pasien mengatakan bahwa pendidikannya responden rata-rata hanya SMP (sebanyak 5 Orang) 50%. Sesuai yang dikemukakan oleh Soetjiningsih, (2014), bahwa pendidikan orang tua merupakan salah satu faktor yang penting dalam status gizi dan perkembangan anak. Karena dengan pendidikan yang baik, maka orang tua dapat menerima segala informasi dari luar tentang cara pengasuhan anak yang baik terutama bagaimana ibu memberikan makanan kepada anak, menjaga anak, pendidikannya dan sebagainya. Sehingga makin banyak pengetahuan yang dimiliki dan perilaku yang diharapkan akan muncul pola asuh yang baik. Penelitian ini sejalan dengan Penelitian (Habibi, 2020.) bahwa sebagian besar pengetahuan ibu kurang dikarenakan ibu dengan tingkat pendidikan SMA sebanyak 16 responden (76,7%). Sebagaimana pendapat (Wijayanti & Alfianita, 2017) dalam penelitiannya mengatakan bahwa tingkat pendidikan SMA adalah tingkat pendidikan yang cukup untuk menerima informasi, semakin tinggi pendidikan semakin mudah seseorang untuk menerima informasi. Semakin tinggi tingkat pengetahuan melalui pendidikan seseorang, maka semakin mudah kemampuan seseorang untuk memahami hal baru dan menyelesaikan persoalan yang dihadapi.

Pekerjaan

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat sebagian besar responden yang bekerja sebagai IRT sebanyak 6 responden (60%) dan yang bekerja sebagai Wirausaha sebanyak 2 responden (20%) dan Swasta 2 responden (20%). (Imam, 2020) meskipun responden sebagai ibu tidak bekerja disisi lain, bukan berarti responden kehilangan kesempatan untuk meningkatkan ilmu pengetahuan tentang pijat oksitosin. Responden yang lebih banyak dirumah dapat menambah pengetahuan melalui berbagai media seperti Handpone, membaca Koran tentang masalah kesehatan, ataupun mengunjungi ke petugas kesehatan untuk memperoleh informasi tentang pijat oksitosin. Hasil penelitian (Fiddin, 2010) dengan judul “Gambaran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Ibu yang Bekerja Terhadap Pemberian ASI pada Bayi”. Bahwa pada penelitian dapat ditarik kesimpulan jika usia dapat mempengaruhi pola pikir seseorang, pendidikan membantu seseorang dalam menerima informasi, ibu bekerja banyak tidak mengetahui informasi dikarenakan ibu bekerja lebih banyak menggunakan waktunya untuk bekerja dan tidak mempunyai banyak waktu untuk menghadiri penyuluhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan. Penelitian (Susanti, 2012) yang menjelaskan bahwa pekerjaan merupakan suatu profesi yang dilakukan setiap hari dalam waktu tertentu atau lebih untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Sebagian besar ibu yang menyusui bayinya memilih untuk tidak bekerja. Hal tersebut dikarenakan ibu ingin merawat bayinya sepenuh hati dan memberikan ASI Eksklusif untuk bayinya. Ibu yang bekerja merupakan salah satu kendala yang menghambat dalam pemberian ASI eksklusif. Produksi ASI ibu yang bekerja memang akan berkurang, hal ini karena tanpa disadari ibu, pengeluaran ASI hanya sedikit bahkan tidak keluar karena stress akibat pekerjaannya serta ibu merasa berada jauh dari sang buah hati.

Pengetahuan Ibu Menyusui Setelah dilakukan Penyuluhan Pijat Oksitosin

Dengan situasi seperti ini dan kebetulan kami sedang melakukan praktik di RS Ken Saras, kami mengundang 20 peserta untuk dapat bergabung di acara penyuluhan ini secara langsung di Rs Ken Saras Ruang Intan. Kami memberikan materi berupa leaflet. Dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini, kami membuat platform berupa power point yang berisikan informasi terkait materi yang disampaikan dengan tampilan yang menarik, sesuai dengan tema, disertai gambar dan contoh gerakan yang kami berikan. Kegiatan pengabdian

kepada masyarakat dengan pendekatan kepada para ibu menyusui yang dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 1 Pengamatan setelah ibu diberikan pijat oksitosin

Berdasarkan Gambar dapat dilihat bahwa peserta penyuluhan sangat antusias mengikuti kegiatan penyuluhan ini. Sesudah diberikanya materi penyuluhan kita memberikan post test 01 pernyataan yang akan diisi oleh reponden atau ibu menyusui dengan memberikan tanda V pada kolom benar atau salah menurut reponden, didapatkan hasil post test secara keseluruhan dapat dijabarkan dengan nilai terendah dan tertinggi sebagai berikut:

Tabel 2 Pengetahuan ibu nifas tentang pijat oksitosin. Sesudah setelah diberikanya penyuluhan

	<i>Mean</i>	<i>Median</i>	<i>Minimal</i>	<i>Maksimal</i>
<i>Pre</i>	50,83	59,00	20,00	80,00
<i>Post</i>	81,66	70,00	80,00	100,00

Tabel 3 Distribusi penilaian jawaban peserta setelah diberikan materi penyuluhan

No	Pertanyaan	Jawaban Benar (%)	Jawaban Salah (%)	Total (%)
1	Pengertian pijat oksitosin	90	10	100
2	ASI yang berwarna kuning atau yang disebut dengan kolostrum adalah ASI yang paling kaya akan antibodi untuk bayi	80	20	100
3	Pijat Oksitosin tidak boleh dilakukan setiap hari	100	0	100
4	Pijat oksitosin merangsang pengeluaran hormon prolaktin untuk memperlancar produksi ASI	50	50	100
5	Durasi pijat oksitosin adalah 15 menit dengan frekuensi pemberian pijatan 1-2 kali dalam sehari	40	60	100
6	Pijat Oksitosin dilakukan dengan posisi berbaring telungkup	30	70	100
7	Pijat oksitosin dapat dilakukan dengan dua posisi yaitu telungkup dimeja atau telungkup pada sandaran kursi	80	20	100

No	Pertanyaan	Jawaban Benar (%)	Jawaban Salah (%)	Total (%)
8	Titik pemijatan di bagian leher dan tulang belakang. Gerakan memutar dengan ibu jari hanya pada bagian salah satu sisi saja	40	60	100
9	Manfaat pijat oksitosin selain untuk memperlancar asi dapat membuat ibu lebih rileks dan lebih percaya diri	60	40	100
10	Nama lain dari hormon Oksitosin adalah hormon cinta dan kasih sayang	20	80	100
11	Pikiran ibu dapat mempengaruhi produksi ASI	20	80	100
12	Pijat oksitosin tidak hanya dilakukan oleh tenaga kesehatan, tetapi dapat dilakukan oleh suami/ keluarga	20	80	100

Dari hasil post tes yang didapatkan bahwa ada perubahan nilai terendah menjadi 40 dan tertingginya menjadi 100 sedangkan nilai rata-rata yang diraih menjadi 81, dari hasil ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan pada pengetahuan ibu setelah diberikannya informasi mengenai pendidikan kesehatan tentang pijat oksitosin sebagai upaya meningkatkan produksi asi. Selanjutnya penjabaran penilaian jawaban peserta dapat dilihat sebagai berikut

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa setelah diberikannya informasi pendidikan kesehatan yang kami berikan tentang “Pijat Oksitosin Sebagai Upaya Meningkatkan Produksi ASI” menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta yang dapat dilihat dari pengisian kuesioner post tes pada pertanyaan no 1,2,3 seluruh peserta menjawab (100%) benar pada pertanyaan dan ada beberapa no pertanyaan yang mengalami peningkatan skor benar. Berarti dengan adanya pendidikan kesehatan atau penyuluhan terdapat peningkatan pengetahuan ibu nifas sehingga dapat menambah pengetahuan dan wawasan ibu tentang pijat oksitosin.

Tujuan dari Pendidikan kesehatan adalah mengaplikasikan atau menerapkan pendidikan dalam bidang kesehatan. Secara operasional pendidikan kesehatan adalah semua kegiatan untuk memberikan dan meningkatkan pengetahuan, sikap, praktek baik individu, kelompok atau masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri (Notoatmodjo, 2012). Maka dari itu dengan adanya pendidikan kesehatan ini diharapkan memberi kesan yang kuat sehingga para peserta penyuluhan bisa mempraktikkan sendiri dirumah.

Rencana Tahapan Berikutnya

Berdasarkan hasil Pengabdian Masyarakat yang telah dilakukan rencana kami selanjutnya adalah publikasi artikel pengabdian kepada masyarakat dalam jurnal penelitian atau prosiding, dan didapatkan bahwa sebelum diberikannya penyuluhan tentang cara meningkatkan produksi ASI dengan Pijat Oksitosin, ibu nifas belum begitu mengetahui akan hal tersebut. Setelah diberikannya penyuluhan tentang cara meningkatkan produksi ASI dengan Pijat Oksitosin, ibu nifas semakin mengetahui. Oleh karena itu rencana pengabdian masyarakat berikutnya yang akan dilaksanakan yaitu jika diberikan kesempatan untuk berkunjung ke Rs Ken Saras bisa dilakukan lagi pendampingan dengan ibu nifas.

Simpulan

Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon proklatin

dan oksitosin setelah melahirkan. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada daerah tulang belakang leher, punggung, atau sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima sampai keenam. Pijat oksitosin adalah tindakan yang dilakukan oleh keluarga terutama suami pada ibu menyusui yang berupa back massage pada punggung ibu untuk meningkatkan hormon oksitosin

Dari hasil sebelum dilakukan penyuluhan oleh ibu nifas didapatkan bahwa nilai terendah yaitu 60 dan tertingginya yaitu 100, sementara nilai rata-ratanya yaitu 86 Hasil ini menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan peserta penyuluhan tentang pendidikan kesehatan pijat oksitosin sebagai upaya meningkatkan produksi asi.

Sedangkan dari hasil setelah dilakukan penyuluhan didapatkan bahwa ada perubahan nilai terendah menjadi 40 dan tertingginya menjadi 100 sedangkan nilai rata-rata yang diraih menjadi 86, dari hasil ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan pada pengetahuan ibu setelah diberikannya informasi mengenai pendidikan kesehatan tentang pijat oksitosin sebagai upaya meningkatkan produksi asi.

Saran

Saran yang bisa disampaikan yaitu melalui para ibu nifas yang mengikuti kegiatan penyuluhan tentang carayang tepat meningkatkan produksi ASI. Melakukan kegiatan promosi kesehatan bersama bidan desa dengan puskesmas terdekat. Diharapkan bagi tenaga kesehatan dalam penyuluhan tentang cara mengatasi meningkatkan produksi asi dengan pijat oksitosin yang tepat pada waktunya dengan memberikan penyuluhan atau pelatihan bagi para kader posyandu dalam wilaya kerja RS untuk meningkatkan produksi asi dengan pijat oksitosin.

Ucapan Terimakasih

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan kami karunia serta keberkahan sehingga kami dapat menyelesaikan laporan Pengabdian Masyarakat yang berjudul "*Pijat Oksitosin sebagai upaya Meningkatkan Produksi ASI*" tepat pada waktunya. Laporan ini kami susun guna memenuhi dan melengkapi salah satu syarat dalam menyelesaikan Praktik Klinik Kebidanan. Dalam kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih kepada : ketua program studi Profesi Bidan yang telah memberikan motivasi dan dukungan kepada kami, dosen Pembimbing yang sudah membimbing, mendukung kami dan memberikan arahan kepada kami dalam pelaksanaan pengabdian ini, pembimbing lahan kami yang selalu memberikan dukungan dan arahan. Teman-teman yang bersedia bekerja sama dalam berlangsungnya kegiatan ini. Peserta/ Ibu Nifas yang telah bersedia datang dan mengikuti kegiatan yang akan dilaksanakan. Dan orang-orang yang tidak bisa kami sebutkan satu persatu

Daftar Pustaka

- RSJD dr. Amino Gondohutomo. Pijat Oksitosin sebagai Upaya Meningkatkan Produksi ASI. Provinsi Jawa Tengah Jurnal buletin kesehatan, volume 2 nomor 12, hal 1-4, April 2022,
- Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu, 2021. *Profil Kesehatan Provinsi Bengkulu Tahun 2021*. Bengkulu: Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu
- Dinkes Prov Jateng, *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2019*. Dinas Kesehatan Kota Semarang
- Sari EP. 2015. Hubungan Status Gizi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Bayi Umur 0-6 Bulan.
- Balitbangkes. (2019). Riset Kesehatan Dasar 2018. *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan* .
- Bewelli Fahmi, Y., Oktafiana, A., & Ermiza. (2022). *Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusi Di Bpm Mas Rolan Dan Bpm Eneng Rambah Hilir*.

- Fiddin, F. (2010). *Gambaran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Ibu yang Bekerja Terhadap Pemberian ASI pada Bayi*”.
- Habibi, A. A. (n.d.). *Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pijat Oksitosin Di Desa Branjang Tahun 2020*.
- Imam, H. A. (2020). (Ria,2019) meskipun responden sebagai ibu tidak bekerja disisi lain, bukan berarti responden .
- Marantika, S., Choirunissa, R., & Kundaryanti, R. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum. *JMM* 2023, 2, 1–9.
- Notoatmodjo, S. (2014). *metodologi penelitian kesehatan-notoatmodjo*. Rineka Cipta.
- Pekan Menyusui Sedunia: UNICEF dan WHO serukan dukungan yang lebih besar terhadap pemberian ASI di Indonesia seiring penurunan tingkat menyusui selama pandemi COVID-19*. (n.d.). Retrieved June 18, 2024, from <https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/31-07-2022-world-breastfeeding-week--unicef-and-who-urge-greater-support-for-breastfeeding-in-indonesia-as-rates-decline-during-covid-19>
- Profil Kesehatan Semarang. (2018). *Profil Kesehatan Semarang*. www.dinkes.semarangkota.go.id
- profil-kesehatan-indonesia-2018*. (n.d.).
- Saputri, N. I., & Yosepha Ginting, D. (2019). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum*. 1–11.
- Wijayanti, A., & Alfianita, W. (2017). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengungkapan*. .