

Pijat Oksitosin sebagai Upaya Meningkatkan Produksi Asi pada Ibu Nifas Post SC

Wiwik Ardhiani¹, Siti Musarofah², Ida Sofiyanti³

¹Program Studi Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo, wiwikardhianiii.79@gmail.com

²Program Studi Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo, andiensuse12@gmail.com

³Program Studi Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo, idasofiyanti@gmail.com

Korespondensi Email: wiwikardhianiii.79@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2024-05-11

Accepted, 2024-06-11

Published, 2024-06-24

Keywords: Nifas Post

SC, Breast Milk,

Oxytocin Massage

Kata Kunci: Nifas Post

SC, ASI, Pijat Oksitosin

Abstract

Mother's milk (breast milk) is the best food for a newborn and is the only healthful food the baby needs in the first months of its life. Breast-feeding benefits of infants are Accepted those that protect them from infection, diarrhea, and allergies, enhance their relationship with the mother, and increase her resistance, while mothers' benefits are satisfying, more practical, cheaper and thus procrastinating. Breast feeding in the first days after childbirth is due to a lack of oxytocin and prolactin hormones that contribute to the fluency of production so that it requires an alternative action or an expeditious action of oxytocin massage, since oxytocin massage is so effective at encouraging breast emissions. Purpose: carry out an oxytocin massage on the miss nifas post sc H-1 and an evaluation of oxytocin massage on the nifas post sc H-1. Method: Doing a review of the post sc H-1 mothers' knowledge of oxytocin massage and the lack of systematic management with oxytocin massage and then provide a health education on oxytocin massage and, lastly, an evaluation by responding methods and improving the mother and family skills on oxytocin massage. Results: the pre-test post-test mothers' lowest score is 50 and the highest score is 65. And the average is 60. The lowest post-test results of the post-test mother post indicate scores are 80 and 100 higher while the average average is 89.33. These results indicate that the mother's lack of knowledge about oxytocin massage. Conclusion: health education at the post mortem in the diamond room, Ken saras hospital's 15 post-post mothers did so over a week. From the activity comes increased knowledge of the post mother post mortem after given health education.

Abstrak

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. Manfaat ASI untuk bayi adalah melindungi dari penyakit infeksi, diare, dan alergi, mempererat hubungan dengan ibu, dan meningkatkan daya tahan ibu, sedangkan manfaat untuk ibu adalah

memberikan kepuasan, lebih praktis, murah dan dapat menunda masa subur. 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. Tujuan: Melaksanakan kegiatan pelaksanaan pijat oksitosin pada ibu nifas post SC H1 dan melakukan evaluasi pengetahuan pijat oksitosin pada ibu nifas post SC H-1. Metode: Melakukan pengkajian pengetahuan ibu post SC H1 tentang pijat oksitosin dan kurangnya pengetahuan penanganan secara komplementer dengan pijat oksitosin kemudian memberikan pendidikan kesehatan tentang pijat oksitosin dan yang terakhir melakukan evaluasi dengan metode responsi dan meningkatkan keterampilan ibu dan keluarga tentang pijat oksitosin. Hasil: Hasil pre-test ibu post partum di dapatkan nilai terendah 50 dan nilai tertingginya adalah 65. Sementara nilai rata-ratanya adalah 60. Hasil post-test ibu post partum di dapatkan nilai terendah adalah 80 dan nilai tertinggi 100 sementara nilai rata-ratanya adalah 89,33. Hasil ini menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan ibu post partum tentang pijat oksitosin. Kesimpulan: Pendidikan kesehatan pada ibu post partum di ruang Intan, RS Ken Saras yang berjumlah 15 ibu post partum yang dilakukan selama 1 minggu. Dari kegiatan tersebut terjadi peningkatan pengetahuan ibu post partum setelah diberikan pendidikan kesehatan.

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. 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) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

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 % (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Kejadian *sectio caesraea* di Ruang Intan Rumah Sakit Ken Saras dari bulan Januari- Mei 2024 terdapat 486 pasien, baik itu rujukan dari klinik maupun puskesmas. Penyebab belum tercapainya pemberian ASI eksklusif di Rumah Sakit Ken Saras dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu karena ASI tidak mau keluar, stress, kurangnya pengetahuan. Salah satu terapi farmakologi untuk mengatasi ASI mampet yaitu penatalaksanaan berupa pijat oksitosin, karena pijat oksitosin sangat efektif membantu merangsang pengeluaran ASI (Pilaria, 2017).

Manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Delima Mera, 2016).

Pentingnya ASI bagi bayi teruma bayi berusia 0-6 bulan maka kami melakukan 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.

Permasalahan kurangnya produksi ASI pada ibu postpartum sangat sering ditemukan. Hal tersebut dikarenakan kurangnya pengetahuan ibu postpartum tentang pijat oksitosin mengenai hal tersebut. Permasalah mitra yang kami temukan dari hasil observasi adalah terdapat masalah pada pelaksanaan edukasi atau penyuluhan tentang pijat oksitosin pada ibu nifas untuk memperlancar atau meningkat produksi ASI belum pernah dilakukan oleh pihak rumah sakit. Sehingga dengan adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, penuh harapan kami agar ibu postpartum bisa melakukan upaya untuk meningkatkan produksi ASI dengan memenuhi kebutuhan nutrisi dan pijat oksitosin.

Tujuan dalam kegiatan ini adalah melaksanakan kegiatan pelaksanaan pijat oksitosin pada ibu nifas post SC H1 dan melakukan evaluasi pengetahuan pijat oksitosin pada ibu nifas post SC H1.

Manfaat pada kegiatan ini yaitu meningkatkan keterampilan ibu post partum dan keluarga dalam melakukan pijat oksitosin .

Metode

Tahap I (Permasalahan)

Melakukan pengkajianpengetahuan ibu post SC H1 tentang pijat oksitosin dan Kurangnya pengetahuan penanganan secara komplementer dengan pijat oksitosin

Tahap II (Solusi)

Memberikan Pendidikan Kesehatan tentang pijat oksitosin sebagai upaya meningkatkan produksi.

Tahap III (Evaluasi)

Melakukan evaluasi dengan metode responsi dan meningkatkan keterampilan ibu dan keluarga tentang pijat oksitosin.

Pendidikan kesehatan dan pelatihan pada ibu post partum di laksanakan dalam 1 periode yaitu mulai tanggal 5 Juni 2024 sampai tanggal 12 Juni 2024.

Sarana kegiatan yang digunakan untuk mendukung berlangsungnya kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah dengan materi yang kami kemas dalam bentuk leaflet dan aplikasi langsung pijat oksitosin kepada ibu post partum. Instrument yang digunakan adalah metode anamnesa pasien tentang pijat oksitosin.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pendidikan kesehatan yang kami berikan kepada para ibu post SC H1 yang menyusui dilakukan pada tanggal 6 Juni 2024 sampai 12 Juni 2024, yang di ikuti oleh 15 orang ibu post SC H1. Sebelum menyampaikan beberapa materi, kami melakukan perkenalan terlebih dahulu, 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 SC H1 dimana metode ini melibatkan peserta langsung dalam proses pembelajaran untuk berdiskusi dan penyampaian pengetahuan awal. Proses penyampaian materi menggunakan alat bantu atau media yang bertujuan untuk mempermudah peserta memahami materi yang disampaikan.

Tabel 1.1 Pengetahuan ibu post SC tentang pijat oksitosin sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan atau penyuluhan kesehatan.

	Mean	Median	Min	Max
Pre	60.00	60.00	50	65
Post	89.33	90.00	80	100

Hasil pre-test ibu post partum di dapatkan nilai terendah 50 dan nilai tertingginya adalah 65. Sementara nilai rata-ratanya adalah 60. Hasil post-test ibu post partum di dapatkan nilai terendah adalah 80 dan nilai tertinggi 100 sementara nilai rata-ratanya adalah 89,33. 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 RS Ken Saras setempat dan media masa. Sedangkan yang lainnya belum pernah mendapatkan informasi terkaithal tersebut.

Beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuanseseorang yaitu informasi baik dari segi pendidikan formal maupun non formal yang dapat memberikan pengetahuan jangka pendek (immediate impact) sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Kemajuan teknologi mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang informasi baru yang disampaikan melalui televise, radio, surat kabar, penyuluhan dan lain-lain mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan keprcayaan orang (Fitriani, N. L., & Andriyani, 2018).

Hasil pengisian kuesoner menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan ibu post partum tentang pijat oksitosin terutama pada soal 4 “Durasi pijat oksitosin adalah 15 menit dengan frekuensi pemberian pijatan 1-2 kali dalam sehari?” dengan jawaban yang salah sebanyak (93,3%) dan soal nomor 7 “Manfaat pijat oksitosin selain untuk memperlancar asi dapat membuat ibu lebih rileks dan lebih percaya diri” dengan jawaban yang salah sebanyak (93,3%).

Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang reflex oksitosin atau reflex let down. Selain bermanfaat untuk merangsang reflex let down, manfaat pijat oksitosin yang lainnya yaitu mengurangi bengkak (engorgement), merangsang pelepasan hormone oksiton, memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi sumbatan ASI, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit. 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 (Rahayu, 2017).

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 diarenakan ibu dalam kondisi rileks. Adanya hormone prolaktif tersebut mampu membuat produksi ASI semakin banyak (Sitepoe, n.d.2017).

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

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



Gambar 1.1



Gambar 1.2

Rencana Tahapan Berikutnya

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu post partum dengan terkait tentang pijat oksitosin. Pijat oksitosin adalah gerakan yang dilaksanakan oleh suami pada ibu menyusui berupa back massage pada punggung ibu untuk menambah pengeluaran hormon oksitosin. Pijat oksitosin yang dilakukan oleh suami mampu memberikan kenyamanan pada ibu menyusui dan memberikan kenyamanan pada bayi yang disusui (Khairani, 2017). Dengan demikian rencana yang akan dilakukan selanjutnya berupa mengkoordinasikan dengan kepala ruang untuk dapat memberikan pelatihan pijat oksitosin dalam upaya mengatasi permasalahan kurangnya produksi ASI.

Simpulan

Pendidikan kesehatan pada ibu post partum di ruang Intan, RS Ken Saras yang berjumlah 15 ibu post partum yang dilakukan selama 1 minggu. Dari kegiatan tersebut terjadi peningkatan pengetahuan ibu post partum setelah diberikan pendidikan kesehatan. Kegiatan selanjutnya adalah evaluasi kegiatan bersama ibu post partum dan berkoordinasi dengan kepala ruang setempat berkaitan dengan pendidikan kesehatan tentang pijat oksitosin dan merumuskan tindak lanjut.

Saran

Melalui bidan ruang dapat melakukan pendidikan kesehatan tentang pijatoksitosin dapat dilakukan dengan lebih efektif, efisien dan menyeluruh. Melakukan kegiatan pendidikan kesehatan secara rutin oleh bidan rumah sakit yang bekerjasama dengan pihak rumah sakit.

Daftar Pustaka

- Balitbangkes. (2019). *Riset Kesehatan Dasar*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan: Kementerian Kesehatan RI.
- Delima Mera, dkk. (2016). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Menyusui Di Puskesmas Plus Mandiangin. Padang. *Stikes Perintis Padang*.
- Fitriani, N. L., & Andriyani, S. (2018). Hubungan Antara Pengetahuan dengan Sikap Anak Usia Sekolah Akhir (10-12 tahun) tentang Makanan Jajanan di SD Negeri II Tagog Apu Padalarang Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 01.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia*. Kementerian Kesehatan RI.
- Khairani, L. (2017). Pengaruh pijat oksitosin terhadap involusi uterus pada ibu post partum di ruang post partum kelas iii RSHS Bandung. *Students E-Journal*, 114.
- Pilaria, E. & S. (2017). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja puskesmas pejeruk kota mataram tahun 2017. *Jurnal kedokteran yarsi* 26(1) : 027-033 (2018). *Jurnal Kedokteran Yarsi*, 26(1), 027–033.
- Rahayu, D. et al. (2017). *Sukses ASI Eksklusif 0-6 bulan Pasti*. Harma Husada.
- Sitepoe, M. (n.d.). ASI Eksklusif: Arti Penting Bagi Kehidupan. In 2017. Index PP.