



Pendidikan Kesehatan tentang Pijat Oksitosin pada Wanita Usia Subur

Health Education on Oxytocin Massage in Women of Childbearing Age

Naningsi, Hasmia; Khair Anwar, Khalidatul; Patongai, Nurnasari

Hasmia Naningsi

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Kendari,
Indonesia, Indonesia

 Khalidatul Khair Anwar

khalidatul.megarezky@gmail.com

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Kendari,
Indonesia, Indonesia

Nurnasari Patongai

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Kendari,
Indonesia, Indonesia

Jurnal Inovasi, Pemberdayaan dan Pengabdian Masyarakat

Poltekkes Kemenkes Kendari, Indonesia

ISSN: 2776-5628

ISSN-e: 2776-5628

Periodicity: Bianual

vol. 1, no. 2, 2021

edofficejippm@myjurnal.poltekkeskdi.ac.id

Received: 01 May 2021

Accepted: 29 November 2021

Published: 29 November 2021

URL: <http://portal.amelica.org/amei/journal/657/6573081004/>

DOI: <https://doi.org/10.36990/jippm.v1i2.285>

Funding

Funding source: Poltekkes Kemenkes Kendari

Contract number: PK.08.01/1/1094/2020

Corresponding author: khalidatul.megarezky@gmail.com

Authors retain copyright and grant the journal right of first publication with the work simultaneously licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License that allows others to share the work with an acknowledgment of the works authorship and initial publication in this journal and able to enter into separate, additional contractual arrangements for the non-exclusive distribution of the journals published version of the work (e.g., post it to an institutional repository or publish it in a book).



This work is licensed under Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International.

Ringkasan: Pijat oksitosin dapat membantu meningkatkan produksi ASI. Tujuan kegiatan adalah meningkatkan pengetahuan Wanita Usia Subur agar memahami manfaat dan teknik pijat oksitosin yang efektif. Metode yang digunakan adalah ceramah dan simulasi. Kegiatan ini melibatkan bidan Puskesmas Soropia dan 15 WUS di Desa Atowatu Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe. Hasil kegiatan menunjukkan pemahaman yang baik setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang pijat oksitosin jika dibandingkan sebelum pemberian. Kegiatan ini bermanfaat meningkatkan pelayanan KIA terkait kesehatan ibu nifas dan bayi dalam mendukung pemberian ASI melalui pijat oksitosin yang efektif.

Kata kunci: Pijat oksitosin, ASI, Pendidikan kesehatan.

Abstract: Oxytocin massage can help increase breastmilk production. The purpose of the activity is to increase the knowledge of women of childbearing age in order to understand the benefits and effective techniques of oxytocin massage. The method used lecture and simulation. This activity involved the midwives of the Soropia Health Center and 15 WUS in Atowatu Village, Soropia District, Konawe Regency. The results of the activity showed a good understanding after being given health education about oxytocin massage when compared to before giving it. This activity is useful for improving MCH services related to postpartum maternal and infant health in supporting breastfeeding through effective oxytocin massage.

Keywords: Oxytocin massage, Breastmilk, Health education.

PENDAHULUAN

Salah satu indikator kesehatan suatu bangsa terlihat dari tinggi rendahnya angka kematian bayi. Angka kematian bayi (AKB) tahun 2017 berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) sebesar 22,23 kematian per 1.000 kelahiran hidup (Tim SDKI 2017, 2018). Angka kesakitan dan kematian bayi dapat dicegah dengan pemberian ASI eksklusif. Pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan sejak bayi lahir tanpa tambahan makanan pendamping ASI (PASI). ASI memiliki manfaat yang sangat besar peranannya dalam kecukupan gizi dan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Cakupan ASI eksklusif dunia tahun 2018 adalah 41% dan ditargetkan pada tahun 2030 akan mencapai 70% (World Health Organization, 2018).

Proses persalinan merupakan pengalaman pertama ibu postpartum primipara yang dapat menyebabkan stress/cemas. Kondisi stres tersebut bisa merangsang peningkatan hormon kortisol yang memicu penurunan kadar hormon oksitosin sehingga ASI tidak lancar dan proses laktasi tidak terjadi (Astutik, 2017). Tidak terjadinya proses laktasi menciptakan kekecewaan ibu, dan pemberian susu formula sering dipilih sebagai alternatif.

Padahal, Bidan dapat berupaya dalam memfasilitasi ibu untuk meningkatkan produksi ASI dan mensukseskan proses laktasi (Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, 2020). Perawatan payudara dan pijat oksitosin merupakan upaya yang secara saintifik membantu efektif dalam peningkatan produksi ASI melalui rangsangan untuk pengeluaran oksitosin. Produksi hormon tersebut merangsang kontraksi sel-sel alveoli di kelenjar payudara sehingga ASI keluar (Wulandari & Handayani, 2011). Pemijatan yang dilakukan di punggung dan dikenal dengan istilah pijat oksitosin, bermanfaat untuk memperlancar produksi ASI (Saputri et al., 2019; Saribu & Pujiati, 2015) dan dapat juga memberi kenyamanan pada ibu menyusui (Astutik, 2017).

METODE

Pengabdian masyarakat menggunakan model pendidikan kesehatan dengan metode ceramah, curah pendapat, tanya jawab, praktik dan demo pijat oksitosin. Kegiatan ini dilaksanakan atas kerjasama dengan Puskesmas Soropia, dan Pemerintah Desa Atowatu. Terdapat 15 Wanita Usia Subur yang menjadi peserta pendidikan kesehatan, dan Bidan pada Puskesmas Soropia dan Desa Atowatu. Waktu pelaksanaan pada tanggal 27 Oktober dan 4 November 2020.

Tahapan kegiatan sebagai berikut:

1. Prates, peserta mengisi kuesioner untuk mengetahui pengetahuan awal tentang pijat oksitosin, mitos-mitos selama menyusui, penyebab produksi ASI rendah, dan upaya memperbanyak ASI.
2. Penyajian materi. Tim memberikan ceramah tentang pijat oksitosin, tanya jawab dan curah pendapat, dan praktik serta demo pijat oksitosin.
3. Pascates, pada tahap ini, peserta mengisi kembali kuesioner pengetahuan yang sama dengan tahap Prates.

AUTHOR NOTES

khalidatul.megarezky@gmail.com

HASIL DAN PEMBAHASAN



GAMBAR 1

Dokumentasi kegiatan tahap I

(kiri) pengisian kuesioner pengetahuan, dan penyampaian materi, (kanan) praktik dan demo pijat oksitosin.

Pelaksanaan kegiatan dihadiri oleh Ibu Desa Atowatu sebagai perwakilan pemerintah, Bidan, dan para WUS. Pertemuan I pada tanggal 27 Oktober 2020 dimulai dengan tahap prates untuk pengisian kuesioner pengetahuan, dan penyampaian materi (Gambar 1/kiri), praktik dan demo pijat oksitosin (Gambar 1).



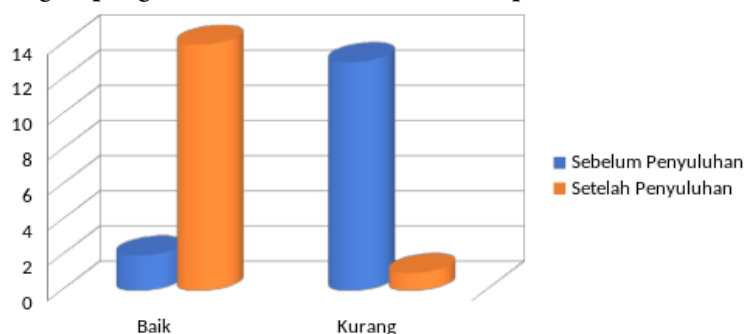
GAMBAR 2

Dokumentasi kegiatan tahap II

Tahap berikutnya dilaksanakan pada tanggal 4 November 2020 yaitu evaluasi kegiatan pada pertemuan I dengan membagikan kuesioner pascates (Gambar 2).

GRAFIK 1

Kategori pengetahuan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan



Sesuai dengan rata-rata skor kuesioner pengetahuan (Grafik 1), terdapat peningkatan skor antara prates dan pascates oleh peserta setelah mengikuti rangkaian pendidikan kesehatan pijat oksitosin. Pelaksanaan kegiatan serupa juga mengkonfirmasi hal yang sama bahwa pengukuran pengetahuan mengalami peningkatan setelah diberikan pendidikan (Andini et al., 2021).

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, peserta diajarkan cara perawatan payudara dan pemijatan oksitosin untuk membantu meningkatkan produksi ASI. Sosialisasi dalam bentuk penyuluhan/pelatihan perawatan payudara dan pijat oksitosin dimaksudkan agar pengetahuan ibu meningkat, dan teknik pemijatan yang benar sehingga berdampak juga dalam peningkatan motivasi ibu untuk pemberian ASI eksklusif.

KESIMPULAN

Hasil yang telah dicapai pada saat terselenggaranya kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan wanita usia subur (WUS) tentang efektivitas pijat oksitosin terhadap kelancaran pengeluaran ASI. Peningkatan pengetahuan setelah kegiatan diharapkan dapat meningkatkan cakupan ASI eksklusif sehingga berdampak pada peningkatan kualitas pelayanan KIA.

MENGAKUI

Pengabdian masyarakat ini didanai oleh DIPA Poltekkes Kemenkes Kendari tahun 2020.

DAFTAR PUSTAKA

- Andini, L. F., M, Y. H., & Wijaya, P. B. (2021). Penyuluhan pijat oksitosin pada ibu menyusui di poskeskel yosorejo tahun 2018. *Prosiding Penelitian Pendidikan Dan Pengabdian 2021*, 1(1), 982–985.
- Astutik, R. Y. (2017). *Payudara dan Laktasi* (2nd ed.). Salemba Medika.
- Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. (2020). *Pedoman Pelayanan Antenatal, Persalinan, Nifas, dan Bayi Baru Lahir di Era Adaptasi Kebiasaan Baru* (Revisi 2). Kementerian Kesehatan.
- Saputri, I. N., Ginting, D. Y., & Zendato, I. C. (2019). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi asi pada ibu postpartum. *JURNAL KEBIDANAN KESTRA (JKK)*, 2(1), 68–73. <https://doi.org/10.35451/jkk.v2i1.249>
- Saribu, H. J. D., & Pujiati, W. (2015). Pijat oksitosin dan perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran asi pada ibu nifas. *Medisains*, 13(1). <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/900133>
- Tim SDKI 2017. (2018). *Survei demografi dan Kesehatan Indonesia 2017: Kesehatan Reproduksi Remaja*. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. <https://archive.org/details/LaporanSDKI2017Remaja>
- World Health Organization. (2018). *Enabling women to breastfeed through better policies and programmes*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/m/item/global-breastfeeding-scorecard-2018-enabling-women-to-breastfeed-through-better-policies-and-programmes>
- Wulandari, S. R., & Handayani, S. (2011). *Asuhan kebidanan dan nifas*. Gosityn Publishing.

CATATAN KAKI

Editor Ainul Rafiq (Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat, Poltekkes Kemenkes Kendari, Indonesia)

Catatan Penerbit Poltekkes Kemenkes Kendari menyatakan tetap netral sehubungan dengan klaim dari perspektif atau buah pikiran yang diterbitkan dan dari afiliasi institusional manapun.