



## Pelatihan Pijat Oksitosin Pada Bidan Untuk Meningkatkan Produksi ASI

Kurniati Devi Purnamasari<sup>2</sup>, Yudita Ingga Hindiarti<sup>2</sup>, Widya Maya Ningrum<sup>3</sup>

<sup>1, 2, 3</sup> Universitas Galuh, Indonesia

Email Koresponden: [kurniatidevip@unigal.ac.id](mailto:kurniatidevip@unigal.ac.id)<sup>1\*</sup>

### Info Artikel

#### Riwayat Artikel

Diajukan: 2024-04-15

Diterima: 2024-06-06

Diterbitkan: 2024-09-03

#### Kata Kunci:

nutrisi pada remaja; pengetahuan

#### Keywords:

nutrition in adolescents;  
knowledge



Lisensi: cc-by-sa

Copyright © 2024 Kurniati Devi Purnamasari, Yudita Ingga Hindiarti, Widya Maya Ningrum

### ABSTRAK

Menyusui merupakan metode terbaik untuk meningkatkan angka harapan hidup bagi seorang bayi. Namun, cakupan pemberian ASI eksklusif pada enam pertama kehidupan bayi masih cukup rendah, yaitu hanya sebesar 52%. Presentasi ini saat ini masih berada jauh di bawah angka yang ditargetkan oleh Pemerintah. Maka, kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) dilakukan untuk meningkatkan tingkat pengetahuan serta keterampilan bidan mengenai teknik pijat oksitosin sebagai upaya untuk meningkatkan produksi ASI. Kegiatan PkM ini dilaksanakan untuk bidan di Puskesmas Baregbeg. Metode yang digunakan meliputi pelatihan dan penerapan teknik pijat oksitosin, termasuk penyegaran keterampilan bidan dalam melakukan pijat oksitosin. Hasil dari kegiatan PkM ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan secara bertahap dan keterampilan pada sasaran dalam melakukan pijat oksitosin, dengan peningkatan pengetahuan sebesar 40%. Disarankan agar bidan mengajarkan teknik pijat oksitosin kepada setiap ibu nifas dan menjadikannya sebagai bagian rutin dari perawatan ibu nifas untuk membantu meningkatkan produksi ASI.

### ABSTRACT

Breastfeeding is the best method to increase life expectancy for a baby. However, the coverage of exclusive breastfeeding among the first six months of a baby's life is still quite low, which is only 52%. This presentation is still below the expected target. Therefore, community service activities are carried out to improve midwives' knowledge of oxytocin massage techniques as an effort to increase breast milk production. This community service (PkM) activity was carried out for midwives at the Baregbeg Health Center. The methods used include training and application of oxytocin massage techniques, including refreshing midwives' skills in performing oxytocin massage. The results of this PkM activity showed an increase in knowledge and skills in the target in performing oxytocin massage, with an increase in knowledge of 40%. It is recommended that midwives teach oxytocin massage techniques to every postpartum mother and make it a routine part of postpartum care to help increase breast milk production.

#### Cara mensitasi artikel:

Purnamasari, K.D., Hindiarti, Y.I., Ningrum, W.N. (2024). Pelatihan Pijat Oksitosin Pada Bidan Untuk Meningkatkan Produksi ASI. *JPKMU: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Kesehatan Galuh*, 1(1), 169-174.

<https://jurnal.unigal.ac.id/jpkmu/article/view/16072>



## PENDAHULUAN

ASI merupakan sumber gizi terbaik bagi bayi, terutama pada periode awal kehidupannya. Organisasi Kesehatan Dunia menganjurkan pemberian ASI selama enam bulan pada bayi secara eksklusif di seluruh dunia. Beberapa laporan dari berbagai negara menunjukkan bahwa kekurangan ASI meningkat hingga 22% setiap tahun di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Prevalensi pemberian ASI eksklusif di Indonesia saat ini masih tergolong rendah. Berdasarkan data dari Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2010, hanya 34% bayi berusia 0 hingga 6 bulan yang telah mendapatkan ASI eksklusif, yang berarti sekitar dua pertiga bayi di Indonesia masih belum mendapatkan cukup ASI.

Puskesmas Baregbeg di Kabupaten Ciamis adalah salah satu fasilitas kesehatan yang menyediakan layanan dalam upaya mendukung terciptanya Kesehatan dan Kesejahteraan bagi Ibu dan Anak. Berdasar pada laporan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis pada tahun 2016, hanya 43% dari 17.619 bayi usia 0-6 bulan yang diberikan ASI eksklusif. Sayangnya, kesadaran akan pentingnya ASI Eksklusif merupakan masalah yang masih tetap ada. Hal ini disebabkan kurangnya pendidikan dan pemahaman tentang bagaimana bidan dapat berkontribusi aktif dalam proses pemberian ASI Eksklusif. Oleh karena itu, diperlukan intervensi dalam bentuk program sosialisasi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya peran bidan dikaitkan dengan keterampilan dan informasi yang diperlukan agar dapat mendampingi klien secara lebih efektif (Pérez-Escamilla,2017).

Kegiatan PkM ini dirancang untuk mengatasi masalah terkait dengan pemenuhan ASI Eksklusif dengan memberikan penyuluhan kepada bidan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kompetensi bidan dengan harapan dapat memberikan dampak positif pada kelancaran persalinan dan keselamatan ibu serta bayi.

## METODE

Kegiatan PkM ini dilakukan dengan pendekatan pembelajaran aktif serta diskusi melalui penyuluhan yang diberikan kepada para bidan di Puskesmas Baregbeg. Metode yang digunakan meliputi:

1. Sesi Pelatihan: Kegiatan yang diberikan meliputi penyampaian materi tentang teknik pijat oksitosin, Inisiasi Menyusu Dini (IMD), pemberian ASI eksklusif, manfaat ASI untuk perkembangan anak, serta simulasi keterampilan pijat oksitosin yang diadakan di Aula Puskesmas Baregbeg.



2. Sesi Praktik : Pengembangan keterampilan dan kompetensi bidan dalam menerapkan pijat oksitosin pada ibu menyusui di Puskesmas Baregbeg, yang dilaksanakan oleh bidan.
3. Monitoring dan evaluasi: Kegiatan ini dilakukan oleh reviewer dari tim pengabdian masyarakat dari Prodi Kebidanan FIKes Unigal dengan menggunakan metode pembelajaran langsung di samping tempat tidur (*bedside teaching*).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PkM diawali dengan pelaksanaan pelatihan pijat oksitosin untuk semua bidan yang bertugas di Puskesmas Baregbeg. Bidan diberikan penjelasan mengenai definisi, tujuan, manfaat, implementasi, dan signifikansi pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI (Purnamasari, K. D., & Hindiarti, Y. I., 2023). Setelah para bidan memahami materi dan bersedia melakukan pijat oksitosin, mereka diharapkan menerapkannya pada setiap ibu postpartum yang melahirkan di wilayah kerja Puskesmas Baregbeg.

### Pertemuan Kesatu

Sebelum pelatihan dimulai, ketua pelaksana memberikan lembar *informed consent* kepada bidan di Puskesmas Baregbeg, meminta kesediaan mereka untuk mengikuti kegiatan hingga selesai dan untuk mengajarkan pijat oksitosin kepada suami atau keluarga nantinya. Pelatihan dilaksanakan selama 2 jam pada pertemuan pertama dan kedua, yang meliputi ceramah dan diskusi aktif tentang pijat oksitosin serta implementasi manajemen laktasi, diikuti dengan simulasi penerapan keterampilan pijat oksitosin pada bidan. Pada tahap awal, bidan diberikan pemahaman terkait update keilmuan dan latihan mengenai inisiasi menyusui dini dan ASI eksklusif, manfaat serta keunggulan ASI, fisiologi laktasi, dan manajemen laktasi melalui ceramah, diskusi, dan demonstrasi. Pada sesi berikutnya, para bidan mempraktikkan pelaksanaan pijat oksitosin dengan bimbingan tim melalui *role play*.



Gambar 1. Dokumentasi Pelatihan

Materi tentang pemberian ASI eksklusif bertujuan untuk meningkatkan update pengetahuan serta kesadaran bidan mengenai cara meningkatkan produksi ASI dan manfaatnya, sehingga ibu terdorong untuk pemberian ASI eksklusif kepada bayinya pada enam bulan pertama. Selain itu, diadakan diskusi interaktif di antara peserta, di mana mereka dapat berbagi pengalaman menyusui, baik kemudahan maupun tantangannya, termasuk teknik menyusui, cara merawat payudara, dan masalah yang mungkin dihadapi selama menyusui.

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pengetahuan Bidan Tentang Pijat Oksitosin Sebelum Intervensi

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
Baik	5	33.33
Cukup	2	13.33
Kurang	8	53.34

Pada Tabel 1 menjelaskan sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang pengimplementasian pijat oksitosin secara komprehensif sebelum pelatihan, yaitu sebanyak 8 orang (53,34%). Selama diskusi, peserta berperan aktif dalam transfer knowledge dan pengalaman mengenai penerapan pijat oksitosin sebagai metode untuk meningkatkan produksi ASI. Tim pengabdian masyarakat juga mendampingi bidan dalam melakukan observasi penerapan pijat oksitosin, khususnya terkait dengan titik area pemijatan dan pemosisian jari selama melakukan pijatan.

Pengetahuan diperoleh melalui proses pemahaman yang diperoleh oleh seorang individu melalui proses pengindraan terhadap sesuatu (Nursalam, 2023). Proses pengindraan ini melibatkan panca indra manusia, seperti proses penglihatan, penciuman, pendengaran, perasa, dan peraba. Sebagian besar pengetahuan didapat melalui perlibatan organ mata dan telinga. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman bidan dalam menerapkan terapi pijat oksitosin pada suami atau keluarga ibu nifas. Selain itu, karena pentingnya ASI untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, perlu sering diberikan informasi tentang cara meningkatkan produksi ASI. Selain itu, bidan juga mengajarkan tentang teknik menyusui, dan risiko yang mungkin ditimbulkan akibat kekurangan ASI bagi seorang ibu dan bayinya.

### **Pertemuan Kedua**

Pada pertemuan kedua, kegiatan berfokus pada pemantauan penerapan pijat oksitosin di Puskesmas Baregbeg. Tim pengabdian masyarakat mengevaluasi bidan saat melakukan pijat oksitosin pada setiap ibu nifas. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa keterampilan bidan dalam melakukan pijat oksitosin sudah sesuai dengan daftar periksa prosedur intervensi yang ditetapkan (Stordal, B. 2023), dan semua ibu yang melahirkan meminta agar suaminya yang melakukan pijat oksitosin.

### **Pertemuan Ketiga**

Pada pertemuan ketiga, kegiatan serupa dilakukan, yaitu pemantauan penerapan pijat oksitosin di Puskesmas Baregbeg. Tim PkM mengobservasi keterampilan bidan saat melakukan pijat oksitosin pada klien ibu nifas yang bersalin di Puskesmas. Pada tahapan evaluasi menunjukkan bahwa semua bidan sudah melakukan pijat oksitosin sesuai dengan tahapan pada standar prosedur intervensi, dan bidan mengajarkan pada suami sebagai pendamping untuk melakukan pijat oksitosin.

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Bidan Setelah Intervensi

<b>Pengetahuan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
Baik	10	66.67
Cukup	2	13.33
Kurang	3	20

Pada Tabel 2.2 hasil penilaian posttest menunjukkan adanya peningkatan signifikan

pada pengetahuan bidan tentang implementasi pijat oksitosin, dengan mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik setelah pelatihan dilakukan sebanyak 10 orang (66,67%). Hasil penilaian pengetahuan pre-test dan post-test menunjukkan adanya perubahan pada pengetahuan bidan tentang pijat oksitosin, di mana sebelum pelatihan, mayoritas bidan memiliki pengetahuan yang rendah (53,33%), namun setelah pelatihan, angka ini menurun menjadi 20%.

Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman bidan mengenai pijat oksitosin guna meningkatkan produksi ASI, yang pada hakikatnya berdampak pada pola perkembangan dan pertumbuhan bayi di usia enam bulan pertama. Sehingga, sangat penting untuk terus menyampaikan informasi mengenai teknik pijat oksitosin kepada setiap ibu yang baru melahirkan dan ibu nifas.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan kegiatan PkM ini disimpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan pada pengetahuan dan keterampilan bidan dalam mengimplementasi pijat oksitosin sebanyak 33,33%. Hal ini didukung dengan hasil evaluasi pada produksi ASI ibu menyusui menjadi lancar, dan saat mereka pulang, mereka sudah dapat memberikan ASI pada hari pertama dan kedua setelah melahirkan.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Kami menyampaikan terima kasih kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh atas atas pendanaan dan dukungannya, serta kesempatan dan fasilitas yang diberikan untuk melaksanakan kegiatan ini. Terima kasih juga kami sampaikan kepada rekan tim yang telah bekerja keras dan berdedikasi dalam setiap tahap pelatihan. Selain itu, kami mengapresiasi dengan tinggi partisipasi para bidan sebagai peserta pelatihan, yang telah berkontribusi secara aktif dan antusias dalam kegiatan PkM ini. Semoga upaya bersama kita dapat memberikan manfaat besar bagi peningkatan kualitas kesehatan ibu dan anak pada 1000 HPK di wilayah kerja sekitar Puskesmas.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Nursalam, A., & Febriani, N. (2023). *Pengetahuan Komunikasi Terapeutik dalam Meningkatkan Perilaku Caring Perawat*. Pradina Pustaka.



- Pérez-Escamilla, R., Tomori, C., Hernández-Cordero, S., Baker, P., Barros, A. J., Bégin, F., ... & Purnamasari, K. D., & Hindiarti, Y. I. (2023). The Effect of Oxytocin Massage on Weight among Infant in Sub-Urban and Rural Areas. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 6(5), 303-308.
- Purnamasari, K. D., Fatimah, S., & Hindiarti, Y. I. (2023). PELATIHAN TERAPI PIJAT PUNGGUNG PADA IBU POSTPARTUM DI KAMPUNG ADAT KUTA TAMBAKSARI. *Abdimas Galuh*, 5(2), 1396-1402.
- Purnamasari, K. D., & Hindiarti, Y. I. (2020). Metode Pijat Oksitosin, Salah Satu Upaya Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum. *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal)*, 7(2), 1-8.
- Purnamasari, K. D., & Hindiarti, Y. I. (2020). Metode Pijat Oksitosin, Salah Satu Upaya Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum. *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal)*, 7(2), 1-8.
- Richter, L. (2023). Breastfeeding: crucially important, but increasingly challenged in a market-driven world. *The Lancet*, 401(10375), 472-485.
- Stordal, B. (2023). Breastfeeding reduces the risk of breast cancer: A call for action in high-income countries with low rates of breastfeeding. *Cancer Medicine*, 12(4), 4616-4625.

