



EDUKASI PIJAT OKSITOSIN DAN TEHNIK MENYUSUI PADA IBU NIFAS DI KAMPUNG PURWODADI LAMPUNG TENGAH TAHUN 2022

Hellen Febriyanti¹, Riona Sanjaya², Yetty Dwi Fara³

^{1,2,3}Program Studi Kebidanan Prrogram Sarjana Terapan, Fakultas Kesehatan, Universitas
Aisyah Pringsewu, Lampung, Indonesia

*Penulis Korespondensi : Hellenfebriyanti06@gmail.com

Abstrak

Air Susu Ibu (ASI) merupakan air susu ibu yang diberikan selama 6 bulan, tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, dan air putih, serta tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur nasi dan nasi. ASI Eksklusif adalah makanan alami pertama untuk bayi dan menyediakan semua vitamin, nutrisi dan mineral yang diperlukan bayi untuk pertumbuhan enam bulan pertama. Tidak ada cairan atau makanan lain yang di perlukan, ASI terus tersedia hingga setengah atau lebih dari kebutuhan. Selain itu, ASI mengandung antibodi dari ibu yang membantu memerangi penyakit.

.Kata kunci: *Pijat Oksitosin, Tehnik Menyusui, Ibu Nifas*

Abstract

Mother's Milk (ASI) is breast milk that is given for six months, without the addition of other fluids such as formula milk, oranges, honey, tea, and water, without the addition of solid foods such as bananas, milk porridge, biscuit rice porridge dan rice. Exclusive breastfeeding is the baby's first natural food dan provides all the vitamins nutrients dan mineral a baby need for the growth of the first six months.No fluids or other foods are needed, breast milk continues to be available until half or more of what is needed. In addition breast milk contains antibodies from the mother that help fight disease.

Keywords: *oxytocin, massage breastfeeding, techniques postpartum mother*

I. PENDAHULUAN

ASI Eksklusif adalah makanan alami pertama untuk bayi dan menyediakan semua vitamin, nutrisi dan mineral yang diperlukan bayi untuk pertumbuhan enam bulan pertama. Tidak ada cairan atau makanan lain yang di perlukan, ASI terus tersedia hingga setengah atau lebih dari kebutuhan. Selain itu, ASI mengandung antibodi dari ibu yang membantu memerangi penyakit. ASI dalam jumlah cukup merupakan makanan terbaik bagi bayi dan dapat memenuhi kebutuhan gizi selama enam bulan pertama (Josefa, 2011). Asi merupakan makanan utama dan paling sempurna bagi bayi. Dimana ASI mengandung hampir semua zat gizi dengan komposisi sesuai dengan kebutuhan bayi untuk tumbuh dan berkembang secara optimal (Pollard, 2016).

Air Susu Ibu (ASI) merupakan air susu ibu yang diberikan selama 6 bulan, tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, dan air putih, serta tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, bubur susu, biscuit, bubur nasi dan nasi tim (Roesli, 2012). Kebijakan Nasional untuk memberikan ASI eksklusif selama 6 (enam) bulan telah ditetapkan dalam SK Menteri Kesehatan No 450/Menkes/SK/IV/2009 tentang ASI eksklusif. Menurut keputusan menteri kesehatan nomor 450/MENKES/ 2004 tentang pemberian ASI secara eksklusif di Indonesia menetapkan ASI eksklusif di indonesia selama 6 bulan dianjurkan sampai anak berusia 2 tahun.

Pemberian ASI eksklusif bukan hanya isu nasional namun juga merupakan isu global. Pemberian susu formula kepada bayi dapat menjamin bayi tumbuh sehat dan kuat, ternyata menurut laporan mutakhir UNICEF merupakan kekeliruan yang fatal, karena meskipun insiden diare rendah pada bayi yang diberi susu formula, namun pada masa pertumbuhan berikutnya bayi yang tidak diberi ASI ternyata memiliki peluang yang jauh lebih besar untuk menderita hipertensi, jantung, kanker, obesitas, diabetes dan lain-lain (Dinkes Provinsi Jawa tengah, 2015). Melihat manfaat dari ASI eksklusif tersebut, ternyata cakupan

pemberian ASI eksklusif tersebut tidak semua sesuai dengan target yang telah ditetapkan. Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas Mahasiswa tertarik untuk melakukan Praktik Kerja Lapangan (PKL) Komunitas pada Kasus Edukasi dan Konseling pada ibu nifas dengan tehnik menyusui dan pijat oksitosin.

II. BAHAN DAN METODE PENGABDIAN

Metode dalam sosialisasi ini adalah dengan metode ceramah, dan Tanya jawab . Media yang digunakan adalah leaflet dan PPT tentang edukasi tehnik menyusui dan pijat oksitosin.

Terdapat tiga tahap dalam kegiatan ini, yaitu:

- a. Tahap Persiapan Tahap persiapan dalam melaksanakan kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui seberapa pentingnya pengetahuan ibu tentang resiko tinggi pada kehamilan yang terdiri dari Survey Melaksanakan observasi dan wawancara mendalam kepada bidan desa untuk menentukan prioritas masalah Pembuatan proposal Persiapan ruangan untuk kegiatan
- b. Tahap pelaksanaan kegiatan Pelaksanaan kegiatan pegabdian melalui kegiatan sosialisasi ini terdiri dari beberapa kegiatan diantaranya : Analisis kebutuhan : merupakan aktifitas yang ditujukan untuk menemukan kebutuhan yang dibutuhkan oleh ibu nifas, Sosialisasi : merupakan bentuk penyuluhan kesehatan menggunakan leaflet dan PPT , Implementasi : sosialisasi yang akan dilakukan maka ibu menyusui menhenai pijat oksitosin dan Teknik menyusui.
- c. Tahap Akhir Tahap akhir pelaksanaan kegiatan sosialisasi ini antara lain : Telah Melakukan evaluasi kegiatan sosialisasi menggunakan tanya jawab sejauh mana pemahaman ibu menyusui tentang pijat oksitosin dan tehnik menyusui, Telah Melakukan pengamatan sebelum dan sesudah dilakukannya penjelasan materi, Telah Pembuatan laporan hasil kegiatan Telah melakukan Pengumpulan laporan hasil kegiatan.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan cara tatap muka dan diberikan penjelasan Teknik pijat oksitosin dan Teknik menyusui dengan metode ceramah dan Tanya jawab, dilanjutkan dengan persiapan yang sudah dilakukan yaitu menyiapkan bahan materi yang akan disampaikan dengan ibu hamil, penyusunan kalimat dan menampilkan gambar yang sesuai dengan pokok bahasan yang disampaikan. Kegiatan ini telah dilaksanakan dalam waktu satu hari yaitu pada hari. Peserta kegiatan sebanyak 13 ibu nifas yang berada di kampung purwodadi. Dari 13 ibu yang telah diberikan penyuluhan sudah mengerti tentang pijat oksitosin dan tehnik menyusui mampu menjawab pertanyaan dengan baik dan benar. Untuk kegiatan selanjutnya sebaiknya kelas ibu di kampung purwodadi harus digerakan secara berkelanjutan, agar ibu nifas mendapatkan edukasi yang cukup berkaitan dengan masa nifas serta menjadi wadah saling bertukar informasi serta wawasan dari petugas kesehatan terhadap ibu nifas atau dari ibu nifas terhadap ibu nifas yang lainnya

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Terdapat peningkatan pengetahuan ibu nifas tentang pijat oksitosin dan tehnik menyusui yang baik dan benar.

Saran

1. Bagi pasien
Diharapkan dapat dijadikan pengetahuan dan diterapkan dalam pelaksanaan tehnik menyusui yang benar dan pijat oksitosin secara rutin guna meperlancar ASI.
2. Bagi bidan
Diharapan melakukan pemantauan terhadap ibu nifas mengenai tehnik menyusui yang benar dan pijat oksitosin.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada kampung purwodadi yang telah memberikan kesempatan untuk memberikan penyuluhan kepada ibu nifas.

Terima kasih disampaikan kepada LPPM Universitas Aisyah Pringsewu yang telah mendanai keberlangsungan jurnal ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ida Ayu Putri Widiartini. 2017. Inisiasi Menyusui Dini & Asi Eksklusif. Yogyakarta : DARUL HIKMAH
- Eka Riyanti, dkk. 2020. Dukungan Ibu Menyusui. Yogyakarta : Leutikaprio
- Selasih Putri Isnawati Hadi. 2021. *Kandungan dan Manfaat ASI*. Dosen Program Studi Kebidanan STIKES Guna Bangsa Yogyakarta.
- Ahmad, Mukhlisiana. 2020. *Modul Praktikum Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Bandung:Media Sains Indonesia.
- Arifianto. 2019. *Tidak Bisa Menyusui? Karya Gema Indonesia Menyusui*. Jakarta Selatan:Noura Books.
- Noordiati. 2019. *Asuhan Kebidanan, Neonatus, Bayi, Balita dan Anak Pra Sekolah*. Malang:Wineka Media
- Nurainun Elis, Endang Susilowati. "Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas." *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa* (2021):Vol 7. 20. Print.
- Pratama Putra Radya.2019. Menyusui, Teknik, serta Dampaknya [Online]. <https://scora.cimsa.or.id/world-breastfeeding-week-2020-menyusui-teknik-serta-dampaknya/>. (Diakses 03 November 2021)
- Rahmawati Anita, Bisepta Prayogi. 2018. *Asuhan Keperawatan Manajemen Laktasi Dengan Pendekatan Berbasis Bukti*. Malang:Media Nusa Creative
- Rinata Evi, Tutik Rusdyati, dan Putri Anjar Sari. "Teknik menyusui posisi, perlekatan dan keefektifan menghisap-studi pada ibu menyusui

*di RSUD Sidoarjo."RAKERNAS
AIPKEMA (2016): 128-129. Print.*
Zubaidah., et. all. 2021. *Asuhan
Keperawatan Nifas.*
Yogyakarta:Deepublish