

## **Pemberdayaan Kader Melalui Pelatihan Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Rumbai Kota Pekanbaru**

### ***Empowerment of Cadres Through Oxytocin Massage Training to Increase Breast Milk Production for Postpartum Mothers at Posyandu in the Rumbai Community Health Center Working Area, Pekanbaru City***

**Risa Pitriani<sup>\*a</sup>, Miratu Megasari<sup>b</sup>**  
Universitas Hang Tuah Pekanbaru<sup>a,b</sup>  
<sup>a</sup>risapitriani@htp.ac.id

Disubmit : 27 November 2023, Diterima : 08 Juni 2024, Dipublikasi : 09 Juni 2024

#### **Abstract**

*Oxytocin massage is a spinal massage from the 5-6th costa (ribs) up to the scapula (shoulder blade). Based on the Pekanbaru City Health Service Profile in 2019, one of the areas that has the highest number of toddlers and the lowest coverage of exclusive breastfeeding is in the Rumbai area, namely 1,543 babies 0-6 months, only 795 babies are given exclusive breastfeeding with a percentage of (51.6%). Based on a preliminary study conducted in the Rumbai Community Health Center working area, Pekanbaru City, it was found that in the last 3 months the number of breastfeeding mothers (baby age < 6 months) was 135 people. The aim of this service is so that cadres can help improve these achievements by regularly monitoring postpartum mothers and providing health services in the form of oxytocin massage to postpartum mothers. The methods of this service are: 1) Carrying out counseling with the aim of increasing knowledge among cadres, there are 8 cadres who take part in the counseling, 2) Carrying out training with the assistance of trained therapists who have massage training certificates, and 3) Carrying out monitoring intended to observe activities carried out by cadres on breastfeeding mothers, and the evaluation looks at the results of the success of expressing and providing breast milk, whether it has been successful, which is monitored directly by cadres. This activity was carried out on 14-18 August 2023. The results of this service showed an increase in cadres' knowledge of the importance of oxytocin massage for breastfeeding mothers. The output of this activity will be published in the ISSN journal CEEJ Journal. It is hoped that cadres who have been trained can teach cadres at other posyandu to be able to do oxytocin massage at least every posyandu day.*

**Keywords:** *Cadre Training, Oxytocin Massage, Breast Milk Production, Postpartum Mothers.*

#### **Abstrak**

Pijat Oksitosin adalah pemijatan tulang belakang pada *costa* (tulang rusuk) ke 5-6 sampai ke *scapula* (tulang belikat). Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru tahun 2019 salah satu wilayah yang memiliki jumlah balita terbanyak dan cakupan pemberian ASI eksklusifnya rendah terdapat di daerah rumbai yaitu sebanyak 1.543 bayi 0-6 bulan hanya 795 bayi yang diberikan ASI eksklusif dengan persentase (51,6%). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Rumbai Kota Pekanbaru didapatkan dalam 3 bulan terakhir jumlah ibu menyusui (usia bayi < 6 bulan) yakni berjumlah 135 orang. Tujuan pengabdian ini agar para kader dapat membantu meningkatkan capaian tersebut dengan pemantauan secara berkala pada ibu nifas dan memberikan pelayanan kesehatan berupa pijat oksitisin kepada ibu nifas. Metode pengabdian ini, yaitu: 1) Mengadakan penyuluhan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan pada Kader, kader yang ikut pada penyuluhan ada 8 orang, 2) Mengadakan pelatihan dengan dibantu oleh terapis terlatih yang mempunyai sertifikat pelatihan massase, dan 3) Melakukan pemantauan dimaksudkan untuk mengamati kegiatan yang dilakukan kader terhadap ibu menyusui, dan evaluasi melihat hasil yang dilakukan terhadap keberhasilan pengeluaran dan pemberian ASI apakah sudah berhasil yang di pantau secara langsung oleh kader. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 14-18 Agustus 2023. Hasil pengabdian ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kader terhadap pentingnya pijat oksitosin bagi ibu menyusui. Luaran kegiatan ini akan di publikasikan di Jurnal berISSN Jurnal CEEJ.

<https://journal.yrpiiku.com/index.php/ceej>

e-ISSN:2715-9752, p-ISSN:2715-9868

Copyright © 2023 THE AUTHOR(S). This article is distributed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International license

Diharapkan pada kader yang sudah terlatih agar dapat mengajarkan kepada kader di posyandu lain untuk dapat melakukan pijat oksitosin minimal setiap hari posyandu.

**Kata Kunci:** Pelatihan Kader, Pijat Oksitosin, Produksi ASI, Ibu Nifas

## 1. Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) adalah susu yang di produksi oleh manusia untuk konsumsi bayi dan merupakan sumber gizi utama bayi yang belum dapat mencerna makanan padat. ASI diproduksi karena pengaruh hormon prolactin dan oksitosin setelah kelahiran bayi. ASI pertama yang keluar disebut kolostrum atau jolong dan mengandung banyak immunoglobulin IgA yang baik untuk pertahanan tubuh bayi melawan penyakit. ASI eksklusif adalah pemberian ASI selama 6 bulan tanpa tambahan cairan atau makanan lain kecuali vitamin dan obat.

Pijat Oksitosin adalah pemijatan tulang belakang pada *costa* (tulang rusuk) ke 5-6 sampai ke *scapula* (tulang belikat) yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis, saraf yang berpangkal pada *medulla oblongata* dan pada daerah *sacrum* dari *medulla spinalis*, merangsang *hipofise posterior* untuk mengeluarkan oksitosin, oksitosin menstimulasi kontraksi sel-sel otot polos yang melingkari duktus laktiferus kelenjar mammae menyebabkan kontraktilitas mioepitel payudara sehingga dapat meningkatkan pemancaran ASI dari kelenjar mammae.

Menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan 2017, pemberian ASI eksklusif di Indonesia hanya 35%. Angka tersebut masih jauh di bawah rekomendasi WHO (Badan Kesehatan Dunia) sebesar 50%. Berdasarkan data yang didapat dari hasil survey RISKESDES 2018 proporsi untuk pemberian ASI Eksklusif sebanyak 37,3%, ASI parsial 9,3%, dan ASI dominan 3,3%. Sedangkan di Provinsi Riau pemberian ASI Eksklusif sebanyak 38,0%, ASI Parsial 13,0 % dan ASI Dominan sebanyak 5,0 %. Dari data tersebut masih rendahnya pemberian ASI Eksklusif di Provinsi Riau.

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Riau tahun 2019 cakupan bayi yang diberikan ASI Eksklusif sampai usia 6 bulan di provinsi Riau ditahun 2018 sebanyak 35% sedangkan ditahun 2019 sebanyak 75% cakupan ini sudah mencapai target yang ditetapkan yaitu 47% namun tetap harus bisa di tingkatkan lagi atau dipertahankan.

Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru tahun 2019 salah satu wilayah yang memiliki jumlah balita terbanyak dan cakupan pemberian ASI eksklusifnya rendah terdapat di daerah rumbai yaitu sebanyak 1.543 bayi 0-6 bulan hanya 795 bayi yang diberikan ASI eksklusif dengan persentase (51,6%).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Rumbai Kota Pekanbaru didapatkan dalam 3 bulan terakhir jumlah ibu menyusui (usia bayi < 6 bulan) yakni berjumlah 135 orang. Dari 35 orang yang dilakukan wawancara hanya 15 yang mengatakan memberikan ASI pada bayinya, selebihnya memberikan alasan bahwa ASInya tidak cukup atau kurang dan kurangnya informasi tentang bagaimana cara memperlancar ASI sehingga bisa menyusui bayinya secara eksklusif. Untuk itu penulis tertarik melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan melakukan pelatihan pijat oksitosin pada kader yang berada di wilayah kerja Puskesmas Rumbai Kota Pekanbaru

## 2. Metode

Metode pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan sebagai berikut:

**a. Penyuluhan**

Melakukan kegiatan penyuluhan dengan mengangkat tema “Pemberdayaan Kader Melalui Pelatihan Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Rumbai Kota Pekanbaru” metode yang dilakukan dengan memberikan penyuluhan langsung dengan leaflet berisi materis serta tanya jawab seputar materi.

**b. Pelatihan.**

Melakukan pelatihan pada kader dengan dibantu oleh terapis terlatih yang mempunyai sertifikat pelatihan massase.

Untuk persiapan dan teknik yang dilakukan pada saat pemijatan antara lain:

**a. Perlengkapan Yang Dibutuhkan**

Perlengkapan yang dibutuhkan untuk memijat adalah :

1) Minyak untuk mengurut

Pada saat memijat ibu, gunakan minyak pijat yang tepat. Asosiasi internasional pijat balita merekomendsikan bahwa sebaiknya untuk pemijatan menggunakan minyak yang terbuat dari tumbuh-tumbuhan. Contohnya : virgin coconut oil, olive oil, almond oil, cocoa butter, herbal aromatik dengan dasar minyak.

2) Bantal

Bantal digunakan untuk menyangga tangan saat dilakukan pemijatan.

3) Kursi

Untuk mendapatkan posisi pijat yang nyaman saat pemijatan, ibu duduk dikursi dan tangan dilipat pada atas meja untuk mendapatkan posisi payudara tergantung.

**b. Teknik Pijat Oksitosin**

**1) Leher**

Lakukan massage dengan tangan kanan dileher dan tangan kiri menopang kepala, gerakan dari atas kebawah ada tekanan dan dari bawah keatas tidak ada tekanan hanya usapan saja, lakukan sebanyak 5-6x lalu titik pressure di tulang belakang telinga.



**2) Bahu**

Lakukan pemijatan kedua bahu dengan kedua tangan dari luar kedalamada tekanan dan dari dalam keluar mengusap, lakukan gerakan 5-6x, setelah itu tekan titik pressure diatas tulang clavikula yang cekungan, lalu bentuk huruf C tekan bersamaan depan dan belakang.



### 3) Scapula

Lakukan pemijatan pada tulang scapula kiri 5-6 setelah itu tekan titikpressure di jam 3,6,8 dan scapula kanan caranya sama dititik pressure 9,6,4.

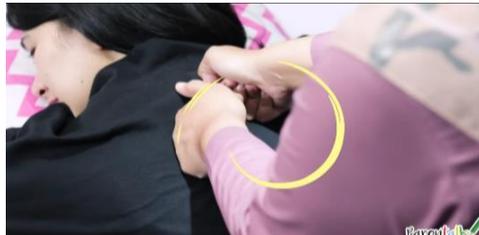


### 4) Punggung

Pijat dari atas kebawah di sisi kanan dan kiri tulang belakang dengan gerakan memutar & Usap/telusuri



Pijat punggung membentuk hati dengan kedua punggung tangan, gerakan memutar sebanyak 5-6x



Pijat punggung ibu membentuk pola "Love" menggunakan bagian punggung jari bergantian antara kanan dan kiri.



Gambar 1. Pijat Oksitosin

## c. Pemantauan Dan Evaluasi

- a) **Pemantauan**, dimaksudkan untuk mengamati kegiatan yang dilakukan kader terhadap ibu nifas dengan cara melihat bagaimana cara kader melakukan pijat oksitosin kepada ibu.

- b) Evaluasi**, melihat hasil yang dilakukan oleh kader terhadap ibu nifas apakah sudah memenuhi dengan memastikan apakah ASI ibu keluar dengan lancar

### 3. Hasil Dan Pembahasan

Pelatihan Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Rumbai Kota Pekanbaru” dilakukan di Posyandu RW 06/RT 02 Wilayah Kerja Puskesmas Rumbai. Peserta penyuluhan terdiri dari 8 orang kader. Kegiatan ini dilakukan beberapa tahap, yaitu: Penyuluhan, Pelatihan, Pemantauan dan Evaluasi. Berdasarkan wawancara, tanya jawab dan pengamatan dan pemeriksaan langsung selama kegiatan berlangsung, kegiatan pengabdian pada masyarakat ini memberikan hasil sebagai berikut:

1. Penyuluhan yang dilakukan pada tanggal 14 Agustus 2023 dengan sasaran Kader yang berada di Wilayah Posyandu RW 06/RT 02.

Penyuluhan ini diberikan untuk meningkatnya pengetahuan Kader tentang bagaimana cara meningkatkan produksi ASI melalui pijat oksitosin. Sebelumnya sudah diberi beberapa pernyataan *pre test* dan peserta menjawab pertanyaan yang diberikan oleh tim saat penyuluhan. Dilihat dari jawaban yang ada pada saat *pre test* rata-rata jawabannya masih kurang tepat. Selanjutnya tim memberikan penyuluhan terkait pijat oksitosin yang nanti akan dilakukan oleh kader semua peserta bersemangat dan memberikan banyak pertanyaan, pertanyaan yang diberikan dijawab oleh tim dengan sedikit memberikan contoh untuk pertanyaan yang telah diajukan peserta. Setelah penyuluhan selesai tim memberikan kembali *post test* untuk pertanyaan yang sama yang diberikan saat *pre test* peserta semua menjawab pertanyaan yang diberikan dan rata-rata memiliki penilaian 90 dari 10 pernyataan yang di berikan. Dari penyuluhan yang diberikan terlihat kader memahami materi yang disampaikan oleh tim penyuluhan pada pengabdian masyarakat ini.



Gambar 2. Pemberian materi Penyuluhan Pijat Oksitosin

2. Pelatihan pijat oksitosin dilakukan pada tanggal 14 Agustus dengan sasaran Kader yang berada di Wilayah Posyandu RW 06/RT 02.

Pelatihan pijat oksitosin disini berguna untuk melatih kader dalam melakukan pijatan oksitosin guna pada saat selesai pelatihan nanti akan dilakukan pemantauan untuk melihat kesesuaian Tindakan yang dilakuakn melalui daftar tilik dan melihat apakah ASI sudah keluar sesaat setelah dilakukan pijatan oksitosin pada ibu. Meningkatkan produksi ASI melalui pelatihan pijat yang didampingi oleh terapis yang bersertifikat massase ibu dan bayi sehingga dimungkinkan peserta dapat

mengaplikasikan pijat oksitosin tersebut dalam keseharian selama masa laktasi. Dari pemantauan yang dilakukan pada saat pelatihan terdapat beberapa ibu yang telah dilakukan pijat oksitosin ASI nya keluar menetes pada puting susu ibu sehingga ASI tersebut kita tampung dengan gelas sehingga tidak terbuang dan nantinya kita berikan pada bayi.



Gambar 3. Pelatihan Pijat Oksitosin

3. Pemantauan dan evaluasi dilakukan selama 3 hari dengan kunjungan rumah mulai pada tanggal 15-18 Agustus 2023 dengan melibatkan bidan di PMB Dince Safrina.

Pemantauan berguna untuk melakukan pantauan kepada para kader dalam tindakan pijat oksitosin yang sudah dilakukan apakah sudah sesuai prosedur atau belum, dari peninjauan yang dilakukan di lapangan ada beberapa kader yang tidak maksimal dalam melakukan pijatan oksitosin tersebut sehingga ASI tidak menetes keluar dari puting susu ibu pada saat setelah dilakukan pijat oksitosin.

Evaluasi berguna melihat dan menilai keberhasilan pengeluaran ASI setelah pemijatan. Dari pemantauan yang dilakukan kepada kader posyandu tim memberikan form untuk melihat penilaian evaluasi. Hal ini terlihat saat tim melakukan kunjungan rumah hasilnya sangat bagus dengan berhasilnya ASI keluar saat setelah dilakukan pijat oksitosin bahkan ada beberapa ibu yang memompa ASI dan menyimpannya untuk stok ASI pada saat bekerja.

### Pemantauan



### Evaluasi



Gambar 4. Pemantauan dan Evaluasi

#### 4. Simpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berkoordinasi dengan Puskesmas Rumbai terlaksana dengan baik. Hasil pengabdian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kader tentang pijat oksitosin. Dengan meningkatnya pengetahuan diharapkan kader dapat mempraktekan materi yang diajarkan dan menerapkan kepada semua ibu menyusui yang berada di wilayah posyandu. Setelah dilakukan pijat oksitosin ibu menyusui dapat merasakan rileks dan ibu juga dapat memberikan ASI pada bayinya.

#### 5. Ucapan Terimakasih

Ucapan terimakasih kepada Universitas Hang Tuah Pekanbaru melalui LPPM yang telah memberikan fasilitas dan dukungan dalam kegiatan pengabdian masyarakat tahun 2023, terimakasih juga saya ucapkan kepada Kepala Puskesmas Rumbai Kota Pekanbaru beserta staf yang terimakasih juga untuk kader yang berpartisipasi dalam kegiatan ini sehingga terselenggaranya kegiatan ini.

#### 6. Daftar Pustaka

- Dinkesprov. Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi RIAU. Vol. 148. Pekanbaru; 2019. 148–162 p.
- Kemkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI. 2018;53(9):1689–99.
- Muawanah, S., & Sariyani, D. (2021). Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Baby Spa Pati. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)*, 12(1), 7–15. <https://doi.org/10.52299/jks.v12i1.77>
- Pitriani R, Andriyani R. Panduan Lengkap Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Normal [Internet]. Yogyakarta: Deepublish; 2014. 37 p. Available from: [https://www.google.co.id/books/edition/Panduan\\_Lengkap\\_Asuhan\\_Kebidanan\\_Ibu\\_Nif/Fmz\\_CAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=nifas&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Panduan_Lengkap_Asuhan_Kebidanan_Ibu_Nif/Fmz_CAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=nifas&printsec=frontcover).
- Prov D. Profil Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru Tahun 2019. Vol. 53. 2013. 1689–1699 p.
- Rahayu S, Sugiarto A. Efektifitas Pijat Oksitosin Terhadap Involusi Uteri Dan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal. *Indones J Kebidanan*. 2018;2(1):57.
- Zubaidah, Rusdiana, & Norfitri R. Asuhan Keperawatan Nifas [Internet]. Yogyakarta: Deepublish; 2021. Available from: [https://www.google.co.id/books/edition/Asuhan\\_Keperawatan\\_Nifas/GN4lEAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=Pijat+oksitosin&pg=PA69&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Asuhan_Keperawatan_Nifas/GN4lEAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=Pijat+oksitosin&pg=PA69&printsec=frontcover).