

Empowering Breastfeeding Fathers Through Oxytocin Massage Training To Increase Breast Milk Production In Public Mothers

Pemberdayaan Ayah ASI Melalui Pelatihan Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Nifas

Risa Pitriani^{a*}, Rika Andriyani^b
Universitas Hang Tuah Pekanbaru
*risapitriani@htp.ac.id

Disubmit : 3 Juli 2022, Diterima : 25 Juli 2022, Dipublikasi : 2 Agustus 2022

Abstract

Exclusive breastfeeding has decreased every year. The Indonesian Demographic and Health Survey (IDHS) showed a decrease in the prevalence of exclusive breastfeeding from 32% to 27%. According to basic health research, the coverage of exclusive breastfeeding is still not maximal, only reaching 30.2%. According to the Indonesian Health Profile on the number of exclusive breastfeeding in Indonesia from more than three million babies in 34 provinces in Indonesia, there are around one million babies who are exclusively breastfed with a percentage of 55.7%. This figure proves that the target of 80% exclusive breastfeeding coverage is still very far from reality. Breast milk production is stimulated by emptying the breast and the principle of supply and demand applies, so that the more milk is released, the more milk is secreted. Oxytone massage is one way to increase and facilitate milk production. The purpose of this activity is for fathers to be able to do oxytocin massage on their wives who have babies to facilitate breastfeeding. The stages of the service method, namely: 1) Conduct counseling with the aim of increasing knowledge of cadres and breastfeeding fathers, there are 4 cadres who participate in counseling, for breastfeeding fathers or those who have babies aged 0-6 months who are in RW 11 there are 7 people , 2) Conducting training assisted by trained therapists who have massage training certificates, and 3) Conducting coaching which is carried out through regular meetings at the posyandu, monitoring is intended to observe activities carried out by cadres to husbands, and evaluation sees the results carried out on the success of giving ASI has been successful, which is monitored directly by cadres in RW 11. This activity was carried out on December 7-16, 2021. It is hoped that the cadres will create a post/main post for breastfeeding fathers for consultation or providing education to other breastfeeding fathers.

Keywords: *Oxytocin massage, Breastfeeding father, Breast milk production, Postpartum mother*

Abstrak

ASI Eksklusif mengalami penurunan setiap tahunnya. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) memperlihatkan terjadinya penurunan prevalensi ASI eksklusif dari 32% pmenjadi 27%. Menurut Riset Kesehatan dasar menjelaskan bahwa cakupan ASI eksklusif masih belum maksimal hanya mencapai 30,2%. Menurut Profil Kesehatan Indonesia pada jumlah ASI eksklusif di Indonesia dari lebih dari tiga juta bayi yang ada di 34 provinsi di Indonesia, terdapat sekitar satu juta bayi saja yang mendapat ASI eksklusif dengan persentase 55,7%. Angka tersebut membuktikan bahwa target 80% cakupan ASI eksklusif masih sangat jauh dari kenyataan. Produksi ASI dirangsang oleh pengosongan payudara dan berlaku prinsip *suplly and demand*, sehingga semakin banyak ASI dikeluarkan, maka semakin banyak ASI yang dikeluarkan. Pijat oksiton merupakan salah satu cara untuk dapat memperbanyak dan memperlancar produksi ASI. Tujuan kegiatan ini diharapkan kepada para ayah dapat melakukan pijat oksitosin pada istrinya yang memiliki bayi untuk memperlancar ASI. Tahapan metode pengabdian, yaitu: 1) Mengadakan penyuluhan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan pada Kader dan Ayah ASI, kader yang ikut pada penyuluhan ada 6 orang, untuk ayah ASI atau yang memiliki bayi yang berusia 0-6 bulan yang berada pada RW 11 ada 10 orang, 2) Mengadakan pelatihan dengan dibantu oleh terapis terlatih yang mempunyai sertifikat pelatihan massase, dan 3) Melakukan Pembinaan yang dilakukan melalui pertemuan rutin di posyandu , pemantauan dimaksudkan untuk mengamati kegiatan yang dilakukan kader terhdap para suami, dan evaluasi melihat hasil yang dilakukan terhadap keberhasilan pemberian ASI apakah sudah berhasil yang di pantau secara langsung oleh kader yang berada di RW 11. Kegiatan ini

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

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

Copyright © 2022 THE AUTHOR(S). This article is distributed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International license.

dilakukan pada tanggal 7-16 Februari 2022. Diharapkan pada kader membuat posko/pokok Ayah ASI untuk konsultasi atau memberikan edukasi terhadap Ayah ASI yang lain.

Kata Kunci : Pijat Okitosin, Ayah ASI, 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 (Pitriani & Andriyani, 2014).

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 kontraktibilitas mioepitel payudara sehingga dapat meningkatkan pemancaran ASI dari kelenjar mammae (Zubaidah, Rusdiana, & Norfitri, 2021).

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 (Kemenkes RI, 2018).

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 (Dinkesprov, 2019).

Banyaknya bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif di Indonesia disebabkan oleh berbagai faktor, diantaranya dukungan dari berbagai pihak yang masih kurang, salah satunya dukungan suami. Keberhasilan ASI eksklusif dapat dicapai bila dukungan dari suami turut berperan. Menyusui memerlukan kondisi emosional yang stabil, mengingat faktor psikologis ibu sangat mempengaruhi produksi ASI, suami dan istri harus saling memahami betapa pentingnya dukungan terhadap ibu yang sedang menyusui (Priscilla & Novrianda, 2014).

Menurut Hasil Penelitian Utami (2019) Pemberian Air susu ibu (ASI) oleh ibu menyusui memerlukan dukungan dari orang terdekat, seperti anggota keluarga, teman, saudara, dan rekan kerja, keluarga dalam hal ini ialah suami atau orang tua yang dianggap pihak terdekat yang mampu memberikan pengaruh kepada ibu dalam pemberian ASI eksklusif. Dukungan atau support dari orang lain atau terdekat sangatlah berperan dalam sukses tidaknya menyusui. Semakin besar dukungan yang didapatkan ibu untuk terus menyusui, maka akan semakin besar

pula kemampuan untuk dapat bertahan dalam proses menyusui. Dukungan suami adalah upaya yang diberikan suami baik secara mental, fisik maupun sosial dalam keberhasilan istri memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya (R, 2019).

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 simpang tiga kecamatan marpoyan damai yaitu sebanyak 1.543 bayi 0-6 bulan hanya 795 bayi yang diberikan ASI eksklusif dengan persentase (51,6%) (Prov, 2013).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru didapatkan dalam 3 bulan terakhir jumlah ibu menyusui (usia bayi < 6 bulan) yakni berjumlah 125 orang. Dari informasi yang diperoleh dari bapak RW 11 terdapat 6 orang kader yang berada di wilayah RT 01. Dari data RW 11 RT 01 Kelurahan Perhentian Raja Kecamatan Marpoyan Damai ada sekitar 10 ibu yang memiliki bayi 0-6 bulan. Dari wawancara yang dilakukan ada 7 ibu mengatakan memberikan ASI pada bayinya namun sering merasa lelah jika terlalu lama menyusui, selebihnya memberikan alasan bahwa ASInya tidak cukup atau kurang, kurangnya informasi dan tidak adanya dukungan dari keluarga tentang bagaimana cara memperlancar ASI sehingga bisa menyusui bayinya secara eksklusif. Sedangkan untuk ibu hamil yang berada pada masa trimester III mengaku ingin memberikan ASI kepada bayinya. Untuk itu penulis tertarik melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan melakukan pelatihan pijat oksitosin pada ayah ASI yang berada di wilayah kerja Puskesmas Simpang Tiga di Kelurahan Perhentian Kecamatan Marpoyan Damai Kota Pekanbaru.

2. Metode

Metode pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan dengan 3 tahap, Tahapan metode pengabdian, yaitu:

1. Mengadakan penyuluhan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan pada Kader dan Ayah ASI, kader yang ikut pada penyuluhan ada 6 orang, untuk ayah ASI atau yang memiliki bayi yang berusia 0-6 bulan yang berada pada RW 11 ada 10 orang
2. Mengadakan pelatihan dengan dibantu oleh terapis terlatih yang mempunyai sertifikat pelatihan massase
3. Melakukan Pembinaan yang dilakukan melalui pertemuan rutin di posyandu , pemantauan dimaksudkan untuk mengamati kegiatan yang dilakukan kader terhadap para suami, dan evaluasi melihat hasil yang dilakukan terhadap keberhasilan pemberian ASI apakah sudah berhasil yang di pantau secara langsung oleh kader yang berada di RW 11. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 7-16 Februari 2022.

3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan wawancara, tanya jawab dan pengamatan dan pemeriksaan langsung selama kegiatan berlangsung, kegiatan pengabdian pada masyarakat ini memberikan hasil sebagai berikut:

1) Penyuluhan

Penyuluhan ini diberikan untuk meningkatnya pengetahuan Ayah ASI 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 Ayah/Suami 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.

2) Pelatihan Pijat

Pelatihan pijat oksitosin disini berguna untuk melatih Ayah/Suami 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 ASI nya keluar menetes pada putting susu ibu sehingga ASI tersebut kita tampung dengan gelas sehingga tidak terbuang dan nantinya kita berikan pada bayi.

3) Pembinaan, pemantauan dan evaluasi

Pembinaan berguna untuk melakukan pembinaan pada Ayah ASI atau ibu yang tidak memberikan ASI untuk diberikan motivasi khusus agar dapat memberikan ASI pada bayinya dengan cara melakukan pijat oksitosin untuk keberhasilan ASI Eksklusif. Dari pembinaan yang dilakukan terdapat Ayah ASI yang kurang kooperarif untuk melakukan pijat oksitosin pada istrinya, dengan pendekatan dan motivasi dari tim akhirnya Ayah ASI tersebut mau melakukan pijatan tersebut dengan dorongan dan pemantauan dari kader yang ada di wilayah tersebut.

Pemantauan berguna untuk melakukan pemantauan pada Ayah ASI dalam tindakan pijat oksitosin yang sudah dilakukan apakah sudah sesuai prosedur daftar tilik atau belum, dari peninjauan yang dilakukan di lapangan ada beberapa Ayah ASI yang tidak maksimal dalam melakukan pijatan oksitosin tersebut sehingga ASI tidak menetes keluar dari putting 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.

Kegiatan penyuluhan tentang pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI yang dilaksanakan di Posyandu RW 11 Kec Perhentian Kel Marpoyan Damai berjalan lancar, peserta yang hadir yang terdiri dari Ayah/Suami dan kader yang juga dihadiri oleh ketua RW, RT setempat merasa sangat beruntung dengan diadakannya acara pelatihan pijat oksitosin dengan memberikan asuhan sayang ibu

khususnya buat ibu yang memiliki bayi ini sangat menguntungkan untuk keberhasilan ASI Eksklusif. Selama ini pengetahuan yang didapat oleh peserta hanya konseling yang diberikan bidan, tetapi setelah dilakukan pelatihan tersebut peserta mendapatkan ilmu terbaru yang dapat diaplikasikan dalam kesehariannya. Setelah dilakukan penyuluhan dan pelatihan pijat oksitosin, tim melakukan pemantauan, pembinaan dan evaluasi yang dilakukan kader pemantaun dilakukan untuk melihat apakah pijat oksitosin yang dilakukan Ayah ASI berhasil dilakukan pada istrinya dengan melihat secara langsung dengan mengunjungi rumah dan melihat langsung ayah ASI melakukan dengan Teknik yang telah di ajarkan dan durasi yang dianjurkan setiap kali melakukan pijat oksitosin, dilihat dari pemantauan yang telah dilakukan rata-rata Ayah ASI mau untuk mengaplikasikan pijat oksitosin ke ibu, selain merilekskan ibu juga dapat mengirit pengeluaran jika memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya. Pembinaan dilakukan dengan mengajarkan kembali Ayah ASI yang kurang benar dalam teknik pemijatannya dan memotivasi Ayah ASI agar membantu istri dalam memberikan ASI kepada banyinya, dilihat dari pemantauan yang dilakukan kader ada beberapa Ayah ASI yang belum termotivasi untuk melakukan pijat, sehingga pada saat kunjungan lapangan tim memberikan motivasi kepada ayah ASI tersebut untuk membantu ibu dalam pemberian ASI Eksklusif dengan menjelaskan mantaaf yang didapat dari ibu, ayah, bayi dan ekonomi keluarga jika memberikan ASI Eksklusif. Dari info yang diberikan tersebut Ayah ASI termotivasi untuk memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya dengan membantu ibu untuk dilakukan pemijatan. Evaluasi dilakuakn dengan melihat keberhasilan dari ASI yang diperoleh ibu setelah pemijatan dan menanyakan kepada ibu jumlah ASI ibu setelah selesai dilakukan pemijatan dan perasaan ibu setelah dilakukan pijat, rata-rata jumpah ASI yang dihasilakn setelah pemijatan banyak sehingga dapat memenuhi kebutuhan bayi setiap hari dan apabila masih penuh paya payudara ibu terkadang ibu memeah ASI tersebut dan menyimpannya dalam freezer untuk stok bayi jika ibu bekerja dan perasaan ibu saat setelah dipijat sangat nyaman, tidak terasa nyeri punggung dan pegal pada punggung ibu saat menyusui.

Menurut Hasil Penelitian Utami (2019) Pemberian Air susu ibu (ASI) oleh ibu menyusui memerlukan dukungan dari orang terdekat, seperti anggota keluarga, teman, saudara, dan rekan kerja, keluarga dalam hal ini ialah suami atau orang tua yang dianggap pihak terdekat yang mampu memberikan pengaruh kepada ibu dalam pemberian ASI eksklusif. Dukungan atau support dari orang lain atau terdekat sangatlah berperan dalam sukses tidaknya menyusui. Semakin besar dukungan yang didapatkan ibu untuk terus menyusui, maka akan semakin besar pula kemampuan untuk dapat bertahan dalam proses menyusui. Dukungan suami adalah upaya yang diberikan suami baik secara mental, fisik maupun sosial dalam keberhasilan istri memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya.

Dari hasil penelitian Owens (dikutip dalam Kemalasari, 2009) mengatakan kurangnya dukungan suami dalam pemberian ASI eksklusif karena anggapan bahwa menyusui menyebabkan ibu menjadi jelek, tidak menarik dan dapat menghambat atau meninggalkan hubungan seks antara suami dan istri. Widjaja (2007) mengatakan ada juga sebagian ibu yang merasa enggan menyusui karena dianggap menghalangi keleluasaan gerakannya, dan memiliki perasaan takut merusak bentuk payudara sehingga bayinya cukup diberikan susu formula.

Roesli (2007) juga mengatakan bahwa masih populer pendapat yang mengatakan bahwa menyusui hanya urusan ibu saja, tidak ada kaitannya dengan ayah. Pendapat lain juga dikatakan oleh Paramita (2007), minimnya dukungan ayah dalam praktek pemberian ASI akibat faktor kebiasaan budaya dimana dimana ayah hanya berperan dan berkewajiban sebagai pencari nafkah dan urusan rumah tangga semuanya diurus oleh istri termasuk urusan menyusui.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan

4. Simpulan

Dari kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Posyandu RW 11 Kec Perhentian Kel Marpoyan Damai dengan memberikan pelatihan pijat oksitosin kepada Ayah ASI, dapat disimpulkan bahwa kegiatan tersebut berjalan lancar sesuai tujuan yang telah ditetapkan yaitu Ayah ASI dapat memahami dan termotivasi untuk melakukan pijat oksitosin pada ibu dengan tujuan memperbanyak produksi ASI setelah dilakukan pemijatan pada ibu dan merilekskan ibu pada saat proses menyusui.

5. Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada RW 11 dan Kader yang berada di Kelurahan Perhentian Kecamatan Marpoyan Damai Kota Pekanbaru yang telah berpartisipasi dalam pelaksanaan kegiatan ini.

6. Daftar Pustaka

- Dinkesprov. (2019). *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi RIAU* (Vol. 148, Issue 0761).
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Pitriani, R., & Andriyani, R. (2014). *Panduan Lengkap Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Normal*. Deepublish.
https://www.google.co.id/books/edition/Panduan_Lengkap_Asuhan_Kebidanan_Ibu_Nif/Fmz_CAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=nifas&printsec=frontcover
- Priscilla, V., & Novrianda, D. (2014). Dukungan Suami Terhadap Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Kilangan Kota Padang Tahun 2011. *NERS Jurnal Keperawatan*, 10(2), 197.
<https://doi.org/10.25077/njk.10.2.197-209.2014>
- Prov, D. (2013). *Profil Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru Tahun 2019* (Vol. 53, Issue

9).

R, U. (2019). *Hubungan Dukungan Suami terhadap Pemberian ASI Eksklusif Di Desa Kalirejo Wilayah Kerja Peskesmas Lelayan. 2*, 1–13.

Zubaidah, Rusdiana, & Norfitri, R. (2021). *Asuhan Keperawatan Nifas*. Deepublish. https://www.google.co.id/books/edition/Asuhan_Keperawatan_Nifas/GN4lEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=Pijat+oksitosin&pg=PA69&printsec=frontcover