



Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS) : Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat

Unit Pengabdian Masyarakat Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

<https://ejurnal2.poltekkestasikmalaya.ac.id/index.php/emass>

E-ISSN: 2656-0364



PELATIHAN PIJAT OKSITOSIN DAN BREAST CARE PADA KADER KESEHATAN DI DUSUN AWISARI

Tetik Nurhayati*¹, Dewi Aryanti²

^{1,2,3} Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya,
Indonesia

*e-mail: tetik.nurhayati@dosen.poltekkestasikmalaya.ac.id

ABSTRACT

Health cadres are an important party as a community driver to change attitudes and behavior to improve health and welfare, especially for mothers and children. The data obtained was based on the results of interviews in the Cikoneng Community Health Center area with cadres, namely that almost 90% of mothers did not know how to do breast care and oxytocin massage. From the results of interviews with cadres, information was needed on how to do breast care and increase knowledge of oxytocin massage skills because there had never been any training for cadres about breast care and oxytocin massage. As is known, breast care and oxytocin massage have many benefits for increasing the smooth production of breast milk so that it can increase the coverage of exclusive breastfeeding and will have an impact on preventing stunting. The aim of this Community Service Activity is to increase cadres' knowledge and skills regarding oxytocin massage and breast care so that they can continue this with mothers and the community so they can do it independently. The Community Service Method directly trains cadres through 3 methods, namely lectures, questions and answers, demonstrations and re-demonstrations. Evaluation is carried out from pre-post test instruments and checklists. The conclusion was that cadres' knowledge and skills regarding oxytocin massage and breast care increased.

Keywords: *breast care; health cadres; oxytocin massagae*

ABSTRAK

Kader kesehatan merupakan pihak penting sebagai penggerak masyarakat untuk mengubah sikap dan perilaku meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan terutama pada ibu dan anak. Data yang diperoleh berdasarkan hasil wawancara di wilayah Puskesmas Cikoneng kepada kader yaitu hampir 90% ibu tidak mengetahui bagaimana cara melakukan *breast care* dan pijat oksitosin. Hasil wawancara pada kader, dibutuhkan informasi cara melakukan *breast care* dan menambah pengetahuan keterampilan pijat oksitosin karena belum pernah diadakan pelatihan kepada kader tentang *breast care* dan pijat oksitosin. Seperti diketahui bahwa *breast care* maupun pijat oksitosin memiliki manfaat yang banyak untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI sehingga dapat meningkatkan cakupan ASI Eksklusif dan akan berdampak pada pencegahan kejadian stunting. Tujuan Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader tentang pijat oksitosin dan *breast care* sehingga mereka bisa melanjutkan hal tersebut ke ibu dan masyarakat agar mampu melakukan secara mandiri. Metode Pengabdian Kepada Masyarakat secara langsung melatih kader melalui 3 metode yaitu ceramah tanya jawab,

demonstrasi dan redemonstrasi. Evaluasi dilakukan dari instrumen pre-post test dan daftar tilik. Kesimpulan didapatkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader tentang pijat oksitosin dan *breast care*.

Kata kunci: *breast care; kader Kesehatan; pijat oksitosin,*

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan periode transisi menjadi ibu dan masa yang penuh tantangan dengan melibatkan perubahan signifikan dalam aspek psikologis, sosial dan biologis. Perubahan ini dapat mempengaruhi kebahagiaan tetapi juga dapat memberikan tekanan emosional (Fenwick et al., 2015). Factor emosional berupa cemas dan nyeri dapat mempengaruhi produksi hormon oksitosin pada ibu nifas sehingga akan berpengaruh pada kelancaran pengeluaran ASI. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk membantu melancarkan pengeluaran ASI yaitu dengan pijat oksitosin. Pijat oksitosin bertujuan agar ibu merasa tenang dan nyaman sehingga dapat meningkatkan kasih sayang terhadap bayinya dan merangsang pelepasan oksitosin yang dapat mempercepat keluarnya ASI. Selain pijat oksitosin, untuk membantu kelancaran produksi ASI yaitu dilakukan *breast care*. Perawatan payudara atau *breast care* akan merangsang laktiferus (hormon prolaktin) untuk memperlancar produksi ASI. Kombinasi kedua cara tersebut menghasilkan peningkatan produksi ASI melalui rangsangan sentuhan pada payudara dan punggung ibu yang akan merangsang produksi oksitosin yang mengakibatkan kontraksi sel mioepitel dan meningkatkan prolactin (Seri & Nur Akhmad, 2019). Sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa kelompok intervensi menghasilkan produksi ASI lebih banyak yaitu 3,74 cc dibandingkan kelompok kontrol 2,04 cc. Oleh karena itu, metode Endorfin, Oksitosin menyimpulkan bahwa hal tersebut mempengaruhi produksi ASI pada ibu post partum (Fitriani, 2017)

Pijat oksitosin akan merangsang sumsum tulang belakang, kemudian neurotransmitter medula oblongata akan mengirim pesan ke hipotalamus. Dengan demikian, hipofisis posterior akan mengeluarkan hormon oksitosin yang menyebabkan payudara menghasilkan ASI (Widia et al., 2017). Produksi ASI dan proses menyusui membutuhkan stimulasi otot payudara ke kelenjar payudara untuk kontraksi yang diperlukan dalam proses menyusui. Stimulasi otot payudara dapat dilakukan dengan memberikan teknik perawatan payudara. Selain untuk meningkatkan produksi ASI, pijat oksitosin dan perawatan payudara memiliki manfaat lain seperti meningkatkan kekencangan payudara dan kulit sekitarnya, merilekskan payudara dan area payudara, mencegah kanker payudara, mencegah terjadinya sumbatan ASI, serta menjaga kebersihan payudara terutama pada bagian puting susu (Nur et al., 2022). Besarnya manfaat dari kedua metode tersebut belum banyak diketahui oleh ibu nifas, sehingga ibu langsung memberikan susu formula jika memiliki kendala pengeluaran ASI. Informasi tentang pemberian ASI eksklusif, cara melancarkan produksi ASI yang diberikan kepada ibu nifas dapat melalui kader Kesehatan sebagai perpanjangan tangan dari tenaga kesehatan di Masyarakat.

Kader memiliki peranan penting sebagai penggerak masyarakat termasuk meningkatkan Kesehatan ibu dan anak. Kader diharapkan mampu mengubah sikap dan perilaku masyarakat terutama ibu dalam menjaga kesehatan. (Kurniyati et al., 2024). Penelitian pada umumnya menyimpulkan bahwa kader bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam perawatan pada diri sendiri dan anaknya. Seperti

penelitian oleh Sukmawati dkk (2021) menyatakan pendampingan kader pada ibu menyusui meningkatkan keberhasilan pemberian ASI Eksklusif (Ellyzabeth Sukmawati et al., 2021). Kesimpulan yang sama didapatkan pada penelitian oleh (Sutomo et al., 2019) tentang oengaruh pendmappingan kader terhadap pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Cikulur Kabupaten Lebak.

Data yang diperoleh berdasarkan hasil wawancara di wilayah Puskesmas Cikoneng khususnya Dusun Awisari kepada kader yaitu hampir 90% ibu tidak mengetahui bagaimana cara melakukan *breast care* terutama di masa nifas dan tidak tahu tentang pijat oksitosin. Hasil wawancara pada kader, kader membutuhkan update cara melakukan *breast care* dan menambah pengetahuan keterampilan terkait pijat oksitosin karena belum pernah diadakan pelatihan kepada para kader. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dilakukan pengabdian masyarakat yaitu pelatihan pijat oksitosin dan *breast care* kepada kader Di Dusun Awisari di wilayah kerja Puskesmas Cikoneng.

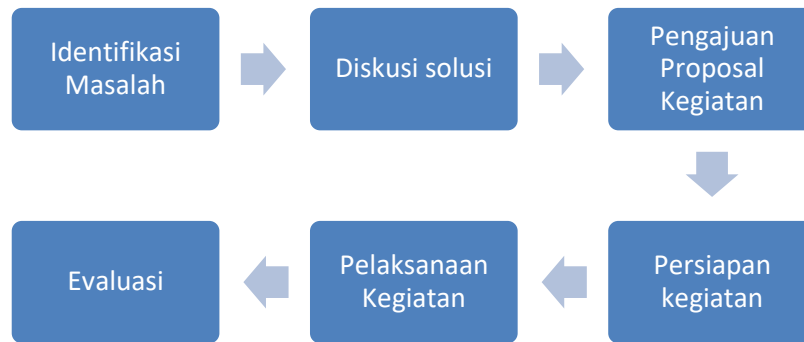
METODE

Kegiatan Pengabdian Masyarakat (PkM) ini dilaksanakan secara langsung dan terencana kepada enam (7 orang) kader kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Cikoneng. Narasumber kegiatan adalah 2 orang dosen yang dibantu praktiknya oleh 4 mahasiswa Keperawatan. Kegiatan dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 5 Oktober 2024 di Balai Serbaguna yang dihadiri oleh Bidan Desa dan 7 kader peserta. Metode yang digunakan di kegiatan PkM ini terbagi menjadi 3 metode penyampaian yang dijelaskan pada tabel 1.

Tabel.1. Metode Penyampaian Materi PkM

Diskusi dan Tanya Jawab	Demonstrasi	Redemonstrasi
Metode ini dilaksanakan dengan menyampaikan materi teori melalui bantuan media. Media yang digunakan yaitu <i>Booklet</i> . Setelah disampaikan materi, dilakukan proses Tanya jawab interaktif.	Metode ini dilaksanakan untuk menunjukkan langkah kerja tentang praktik pijat oksitosin dan <i>breast care</i> yang dilakukan oleh narasumber secara <i>step by step</i> menggunakan alat bantu phantom.	Metode ini dilaksanakan dengan tujuan peserta dapat melakukan praktik mandiri satu persatu dengan didampingi oleh narasumber sehingga langkah kerja tepat dan keterampilan individu meningkat

Kegiatan ini memiliki 6 tahap alur pelaksanaan PkM yang digambarkan pada diagram di Gambar 1 berikut.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) ini dilaksanakan pada kader dengan tema “Pelatihan Pijat Oksitosin dan Breast Care Pada Kader Kesehatan”. Proses pelaksanaan PkM meliputi:

1. Persiapan

Persiapan dilakukan sebelumnya, kemudian setelah menganalisis masalah yang ada yang kemudian mencari solusi bersama untuk mengatasi masalah tersebut. Masalah yang ditemukan adalah mayoritas ibu belum memahami cara pijat oksitosin dan breast care yang benar terutama di masa nifas sehingga keluhan yang sering dirasakan adalah ASI tidak keluar, kemudian beralih memberikan susu formula. Ibu juga mengatakan tidak tau cara melancarkan dan meningkatkan pengeluaran ASI. Kader juga mengakui perlu adanya update ilmu tentang pijat oksitosin dan breast care karena belum pernah mendapatkan informasi maupun pelatihan sehingga dapat meneruskan informasi dan mendampingi ibu nifas untuk dapat melakukannya secara mandiri. Setelah menetapkan perencanaan solusi, dilakukan permohonan izin ke wilayah terkait, lalu menentukan lokasi kegiatan dan waktu pelaksanaan PkM. Media dan alat bantu sesuai tema serta keanggotaan panitia juga disiapkan termasuk instrument evaluasi yaitu pre test-post test menggunakan link gform dan daftar tilik prasat pijat oksitosin dan *breast care*.

2. Pelaksanaan

Kegiatan PkM dilaksanakan sesuai dengan tema kegiatan. Kegiatan diawali dengan pengisian presensi kehadiran dan dilanjutkan dengan pembukaan dari koordinator bidan Desa. Penyampaian materi teori 10 menit dengan bantuan media booklet, dilanjutkan Tanya jawab 10 menit. Selanjutnya Narasumber melakukan kembali pijat oksitosin dan *breast care* dengan phantom langkah demi langkah yang diikuti oleh seluruh peserta yang didampingi oleh panitia PkM lainnya.



Gambar 1. Pelaksanaan Pelatihan Pijat Oksitosin dan *Breast care*

3. Evaluasi

Evaluasi pengetahuan didapatkan dari post test yang diberikan diakhir kegiatan. Evaluasi keterampilan Pijat Oksitosin dan *Breast care* didapatkan dengan diakhir kegiatan setiap peserta mempraktikkan kembali tanpa melihat catatan yang dievaluasi oleh narasumber menggunakan instrumen daftar tilik.



Gambar 2. Pelaksanaan Pelatihan Pijat Oksitosin dan *Breast care*

Tabel 1. Tabel.2. Evaluasi Pengetahuan Peserta

Penilaian	Pre Test	Post Test
Kurang (<60)	0	0
Cukup (61-70)	4	0
Baik (71-80)	3	2
Baik Sekali (81-100)	0	5

Berdasarkan table 1, terjadi peningkatan terhadap pengetahuan peserta yaitu 2 orang kategori baik, orang baik, 5 orang baik sekali. Evaluasi keterampilan menggunakan instrumen daftar tilik dinyatakan semua peserta lulus yaitu memiliki nilai lebih dari 70. Hasil ini menyimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat dapat meningkatkan baik pengetahuan maupun keterampilan peserta kegiatan (Padmawati & Pebryatie, 2024)(Jawiah et al., 2021).

SIMPULAN

Pelaksanaan PkM Pelatihan Pijat Oksitosin dan *Breast Care* pada kader Kesehatan meningkatkan kemampuan dan keterampilan kader tentang Pijat oksitosin dan *Breast Care*. Pelaksanaan Kegiatan ini diharapkan menjadi kegiatan rutin sebagai bentuk update pengetahuan dan keterampilan kepada kader Kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ditujukan kepada Puskesmas Cikoneng yang bersedia menjadi mitra dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ellyzabeth Sukmawati, E. S., Norif Didik Nur Imanah, N. D. N. I., & Suwariyah, P. (2021). Pengaruh Pendampingan Kader Kesehatan Terhadap Keberhasilan Menyusui Untuk Memberikan ASI Eksklusif. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(2). <https://doi.org/10.36419/jki.v12i2.500>
- Fenwick, J., Toohill, J., Gamble, J., Creedy, D. K., Buist, A., Turkstra, E., Sneddon, A., Scuffham, P. A., & Ryding, E. L. (2015). Effects of a midwife psycho-education intervention to reduce childbirth fear on women's birth outcomes and postpartum psychological wellbeing. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 15(1). <https://doi.org/10.1186/s12884-015-0721-y>
- Fitriani, W. (2017). Analisis Self Efficacy Dan Hasil Belajar Matematika Siswa Di MAN 2 Batusangkar Berdasarkan Gender. *Jurnal AGENDA*, 1(1).
- Jawiah, Rehana, & Yunike. (2021). Pemberdayaan kader pada Mother Baby care (MBC) Berbasis Budaya Palembang Untuk Adaptasi Fisik dan Psikologi Post Partum. *Jurnal Abdikemas*, 3.
- Kurniyati, Febrina Lydia, & Puspita Yenni. (2024). Pemberdayaan Kader tentang perawatan bayi Baru lahir Dengan mengoptimalkan Pelayanan Komplementer. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1).
- Nur, R., Demak, I. P. K., & Yane, E. B. (2022). Effect of moringa leaf extract in increasing Hb levels of pregnant women during COVID-19 pandemic in Parigi Regency, Central Sulawesi, Indonesia. *International Journal of Health Sciences*, 6019–6028. <https://doi.org/10.53730/ijhs.v6ns1.6230>
- Padmawati, R., & Pebryatie, E. (2024). Pelatihan kader Posyandu Dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Kesehatan reproduksi Remaja di Puskesmas Majasem Kota Cirebon. *EMaSS*: *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2). <https://ejurnal2.poltekkestasikmalaya.ac.id/index.php/emass>
- Seri, U., & Nur Akhmad, A. (2019). Pijat Oksitosin meningkatkan produksi ASI pada Ibu post partum Primipara di Kota Singkawa. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 5(1). <http://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id/index.php/JVK>

- Sutomo, O., Kesehatan, P., & Korespondensi, K. B. (2019). Pengaruh Pendampingan Kader Terhadap Pemberian ASI eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Cikulur Kabupaten Lebak. *Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 6(1).
- Widia, L., Meihartati, T., Batulicin, D. A., Bumbu, T., & Kalimantan, S. (2017). Widia & Meihartati : Oxytocin massage enhanced breast milk production in post-partum women Oxytocin massage enhanced breast milk production in post-partum women. In *Public Health Center Batulicin* (Vol. 1).