



Edukasi Melalui Video Digital Tentang Simulasi Cara Perawatan Payudara (Breast Care) dan Pijat Oksitosin Untuk Mendukung Keberhasilan Ibu Memberikan ASI

Imelda^{1,*}), Nuraidah², Verawati Pulungan³

Published online: 1 November 2023

ABSTRACT

Salah satu produksi ASI tidak lancar adalah kurangnya pengetahuan masyarakat tentang Perawatan Payudara (Breast Care) dan pijat oksitosin untuk memperlancar pengeluaran ASI di Desa Penyengat Olak Kecamatan Jambi Luar Kota Kabupaten Muaro Jambi sehingga masih banyak ibu memberikan susu formula kepada bayinya. Mengembangkan kelompok masyarakat yang mandiri di bidang kesehatan melalui edukasi kepada masyarakat untuk meningkatkan ilmu pengetahuan dan keterampilan di bidang kesehatan sehingga berdaya untuk melakukan perawatan payudara (Breast Care) dan pijat oksitosin dalam persiapan pemberian ASI. Metode pelaksanaan melalui pemberian edukasi kepada masyarakat tentang cara perawatan payudara dan pijat oksitosin melalui video digital. Hasil, pengabdian menunjukkan bahwa ada peningkatan keberhasilan ibu dalam memberikan ASI kepada bayinya serta ibu sasaran diberikan buku saku pedoman cara perawatan payudara dan pijat oksitosin. Kesimpulan pengabdian ini adalah bahwa edukasi melalui video digital tentang cara perawatan payudara dan pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan keberhasilan ibu memberikan ASI.

Keywords: Edukasi, Video Digital, Perawatan Payudara, ASI

PENDAHULUAN

ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi. ASI sebaiknya diberikan kepada bayi minimal sampai usia 6 bulan dan bisa diteruskan sampai 2 tahun (Kusnan et al., 2020). Tidak ada satu penelitian yang menolak tentang kebaikan serta manfaat ASI bagi bayi, hal ini dikarenakan ASI mengandung zat yang sangat bermanfaat bagi bayi baik zat untuk nutrisi ataupun proteksi (Astutik, 2015). Kegiatan Menyusui bagi ibu adalah salah satu aktivitas yang dapat memberi kepuasan lahir dan bathin, tetapi saat menyusui anaknya banyak sekali kendala yang akan ditemui seperti minimnya pengetahuan ibu dan ayah mengenai laktasi, tekanan dari keluarga dan sebagainya yang berakibat berkurangnya produksi air susu ibu, sehingga ibu gagal menyusui (Boateng, 2018; Cyntia Putri & Puspowati, 2019; Kusumayanti & Nindya, 2017).

Menurut *World Health Organization* (WHO) ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja tanpa tambahan cairan lain baik susu formula, air putih, air jeruk ataupun makanan tambahan lain sebelum mencapai usia 6 bulan. Pemberian ASI saja tanpa makanan pendamping apapun sampai bayi berusia 6 bulan akan mempunyai manfaat yang luar biasa bagi perkembangan dan pertumbuhan bayi di samping meningkatkan ikatan kasih sayang ibu dan bayi (Dukuzumuremyi et al., 2020; Reddy & Abuka, 2016).

^{1)2,3}Poltekkes Kemenkes Jambi, Jambi, Indonesia

*) *corresponding author*

Imelda
Email: imelda.poltekkesjambi@gmail.com

Berdasarkan data Riskesdas 2018, hasil survei menunjukkan hanya sebanyak 37,3% ASI eksklusif, 9,3% ASI parsial, dan 3,3% ASI dominan pada proporsi pola pemberian ASI bayi umur 0-5 bulan

di Indonesia (Kemenkes RI, 2018). Hal ini menunjukkan bahwa angka ASI eksklusif kita masih tergolong rendah. Data dari Badan Pusat Statistik (2021) terdapat 20 Provinsi dengan presentasi pemberian ASI Eksklusif terendah, Provinsi Jambi menduduki urutan ke-20 terendah yaitu 71,37%. Presentase ini masih dibawah rata-rata nasional.

Masalah dalam pemberian ASI diantaranya ASI tidak keluar atau sedikitnya produksi ASI. Hal ini disebabkan pengaruh hormon oksitosin yang kurang bekerja sebab kurangnya rangsangan isapan bayi yang mengaktifkan kerja hormon oksitosin (Apreliasari & Risnawati, 2020; Nurainun & Susilowati, 2021). Ada beberapa hal yang menghambat terjadinya pengeluaran ASI pada ibu nifas diantaranya rendahnya pengetahuan ibu dalam melakukan *breast care*, kurangnya pelayanan konseling tentang cara perawatan payudara dari petugas kesehatan, serta kurangnya keinginan ibu untuk melakukan *breast care* (Doko et al., 2019; Rahayu & Yunarsih, 2018).

Masalah Sindroma ASI kurang diakibatkan oleh kecukupan bayi akan ASI tidak terpenuhi sehingga bayi mengalami ketidakpuasan setelah menyusui, bayi sering menangis atau rewel, tinja bayi keras dan payudara tidak terasa membesar. Namun kenyataannya ASI sebenarnya tidak kurang. Sehingga terkadang timbul masalah bahwa ibu merasa ASI nya tidak mencukupi dan ada keinginan untuk menambah dengan susu formula (Maita, 2016).

Produksi ASI yang kurang dapat ditingkatkan dengan cara farmakologi maupun dengan non farmakologi. Farmakologi dengan menggunakan obat-obatan, Non farmakologi dapat dilakukan dengan pola makan dengan gizi seimbang untuk ibu menyusui, mobilisasi dini, pijat oksitosin dan perawatan payudara (Asih, 2018).

Untuk mendapatkan ASI dalam jumlah yang cukup, maka seorang ibu perlu menjaga kesehatan sebaik-baiknya, minum, makan bergizi, istirahat, ketenangan jiwa dan pikiran, perawatan payudara, isapan anak, dan anatomi payudara. Pijat Oksitosin dapat dilakukan oleh ibu untuk memperlancar ASI, dengan melakukan pemijatan pada tulang belakang pada *costa* ke 5-6 sampai ke scapula yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis dalam merangsang hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin (Doko et al., 2019; Maita, 2016; Rahayu & Yunarsih, 2018).

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (P. Wulandari et al., 2018) diperoleh hasil bahwa pemberian pijat oksitosin pada kelompok intervensi berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan produksi ASI. $p\text{-value} = 0,000$ ($p\text{-value} \leq 0,05$) yang berarti ada pengaruh signifikan antara pijat oksitosin pada kelompok intervensi terhadap produksi ASI pada ibu post partum. Penelitian (D. A. Wulandari & Mayangsari, 2019) mengungkapkan terdapat hubungan yang signifikan antara perawatan payudara dengan keberhasilan proses menyusui dengan $p\text{-value}$ sebesar 0,007.

Berdasarkan data dari Puskesmas Penyengat Olak pada tahun 2021 dari 384 ibu yang melahirkan hanya 108 yang bisa memberikan ASI Eksklusif, tahun 2022 dari 357 Ibu yang melahirkan hanya 161 yang dapat memberikan ASI Eksklusif. Hasil wawancara dengan bidan Desa Penyengat Olak didapat informasi bahwa Ibu menyusui mengalami masalah dengan pengeluaran ASI yang sedikit dan tidak lancar sehingga masih banyak ibu yang memberikan susu formula kepada bayinya dan sebagian masyarakat belum mengetahui tentang perawatan payudara dan pijat oksitosin (Triananingsi et al., 2021). Berdasarkan hal tersebut masih rendahnya ibu yang memberikan ASI Eksklusif dan masalah ada masalah dengan produksi ASI yang kurang, maka penulis akan melakukan pengabdian masyarakat dengan memberikan edukasi tentang perawatan payudara (*Breast Care*) dan Pijat oksitosin dilanjutkan dengan simulasi/ demonstrasi kepada Masyarakat (Ibu Hamil Trimester III) di desa Penyengat Olak kota Jambi untuk mendukung program pemerintah dalam pemberian ASI terutama ASI Eksklusif.

ASI adalah makanan terbaik dan paling sempurna bagi bayi. Kandungan gizi yang tinggi dan adanya zat kebal di dalamnya membuat ASI tidak tergantikan oleh susu formula yang paling hebat dan paling mahal sekalipun. Sebagaimana penelitian WHO pernah menyampaikan bahwa banyak ibu menghentikan pemberian ASI pada bayi karna merasa ASI-nya tidak mencukupi kebutuhan bayi.

ASI yang kurang akan mempengaruhi kepercayaan diri ibu untuk menyusui sehingga menyebabkan terjadinya persepsi ketidakcukupan ASI yang selanjutnya mempengaruhi ibu dalam pengeluaran hormon oksitosin (Saputri et al., 2019).

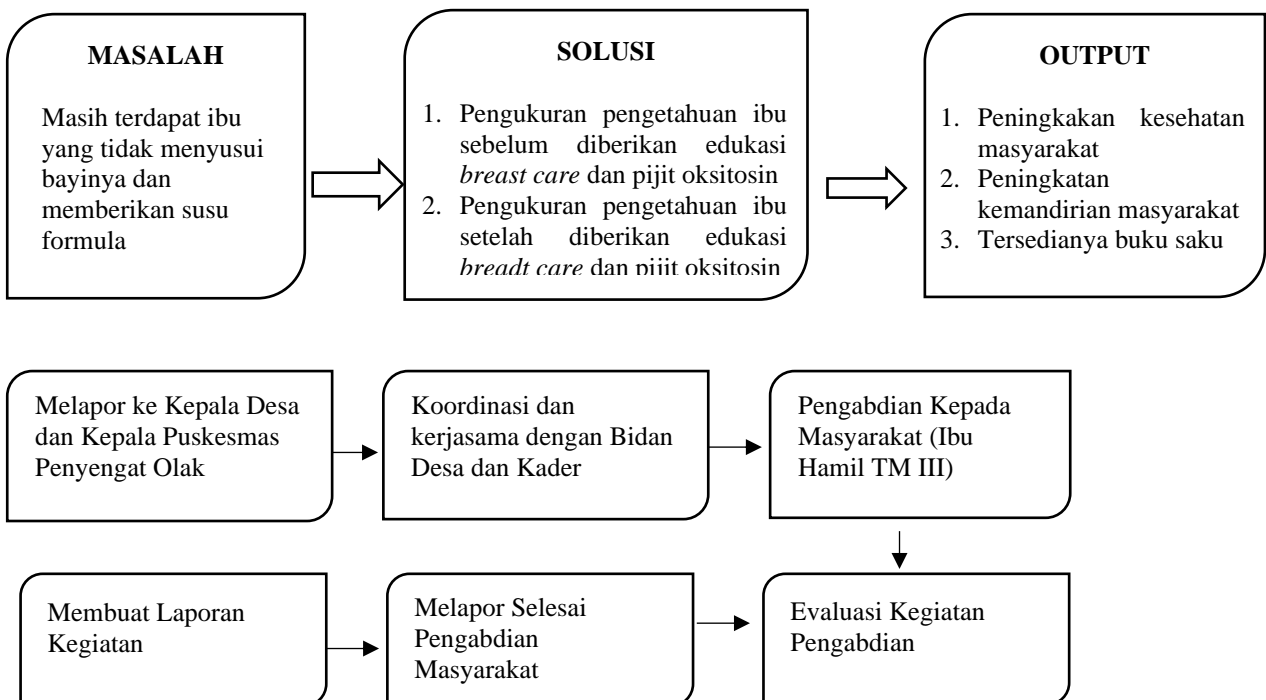
Salah satu produksi ASI tidak lancar adalah kurangnya pengetahuan masyarakat tentang Perawatan Payudara (*Breast Care*) dan pijat oksitosin untuk memperlancar pengeluaran ASI di Desa Penyengat Olak Kecamatan Jambi Luar Kota Kabupaten Muaro Jambi sehingga masih banyak ibu memberikan susu formula kepada bayinya.

Mengembangkan kelompok masyarakat yang mandiri di bidang kesehatan melalui edukasi kepada masyarakat untuk meningkatkan ilmu pengetahuan dan keterampilan di bidang kesehatan sehingga berdaya untuk melakukan perawatan payudara (*Breast Care*) dan pijat oksitosin dalam persiapan pemberian ASI.

BAHAN DAN METODE

Pelaksanaan Program

Skema pengabdian masyarakat yang dilaksanakan adalah Skema Program Kemitraan Masyarakat (PKM) yaitu program pengabdian kepada masyarakat yang bermitra dengan masyarakat di bidang kesehatan. Mitra pengabdian kepada masyarakat adalah sekelompok masyarakat sebagai sasaran yang memiliki permasalahan untuk diselesaikan.



Bentuk Partisipasi Mitra

Mitra dalam kegiatan Program Kemitraan Masyarakat (PKM) pada pengabdian ini adalah Bidan Desa, Kader dan Ibu hamil Trimester Tiga (TM III)

Kepakaran dan Tugas Tim

No	Jabatan	Tugas
1	Pengabdian	a. Berkoordinasi dengan mitra untuk kegiatan pengabdian masyarakat b. Menyiapkan materi yang akan disampaikan c. Menyiapkan alat-alat yang akan digunakan seperti phantoom payudara, baby oil, baskom, washlap, handuk. d. Melaksanakan pengabdian masyarakat e. Melakukan evaluasi keberhasilan dari pengabdian masyarakat
2	Bidan Desa	a. Berkoordinasi dengan Kader untuk menyiapkan masyarakat yang akan diberikan edukasi b. Menyiapkan tempat untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat c. Membantu dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat
3	Kader	a. Membantu Bidan Desa menyiapkan masyarakat yang akan diberi edukasi b. Membantu menyiapkan tempat untuk melaksanakan pengabdian masyarakat c. Membantu pengabdian dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat.

Lokasi dan waktu pelaksanaan

Lokasi kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Skema PKM dilaksanakan di Desa Penyengat Olak Kec. Jambi Luar Kota Kab. Muaro Jambi Tahun 2023. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan selama 8 (delapan) bulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Capaian dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut:

No	Kegiatan	Capaian
1	Survey awal	Sudah dilaksanakan
2	Berkoordinasi dengan Bidan Desa dan Kader untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian	Melakukan kerjasama dengan Bidan Desa dan Kader untuk pelaksanaan kegiatan edukasi perawatan payudara (<i>Breast Care</i>) dan pijit oksitosin.
3	Pendataan sasaran ibu hamil TM III di wilayah kerja Puskesmas Penyengat Olak	Berkoordinasi dengan Bidan Desa dan Kader
4	Pengukuran pengetahuan ibu TM III	<p>Semua ibu Trimester tiga (TM III) yaitu sebanyak 30 ibu hamil yang datang pada kegiatan pengabdian diberikan kuesioner sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang pengetahuan perawatan payudara dan pijit oksitosin dan demonstrasi.</p> <p>Sebelum diberikan edukasi rata-rata pengetahuan 16.6. dengan nilai minimum 10 maksimum 32 setelah dilakukan edukasi rata-rata pengetahuan meningkat menjadi 21.9, nilai minimum meningkat dari 10 menjadi 15 dan nilai maksimum meningkat dari 32 menjadi 38.</p> <p>Untuk keterampilan sebelum dilakukan demonstrasi tidak ada yang sesuai dengan ceklist perawatan payudara dan pijit oksitosin, setelah dilakukan demonstrasi ada peningkatan sebanyak 60%.</p>
5	Pemberian buku Saku	Semua ibu yang datang (30 ibu hamil TM III) bersedia dan sangat antusias diberikan buku saku dan akan membaca ulang buku saku yang sudah diberikan.
6	Publikasi	Submit di Jurnal Pengabdian Masyarakat terindeks Sinta

Adapun dokumentasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Pelaksanaan Edukasi

DISKUSI

Adanya informasi tentang asi eksklusif ternyata dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan bagi peserta pelatihan. Kader dan ibuyang memiliki pengetahuan yang cukup akan lebih percaya diri dalam memberikan edukasi dan mempraktikan untuk dirinya sendiri. Hal ini sesuai dengan penelitian (Wirapuspita, 2013) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan pelatihan dengan kinerja kader

Permasalahan yang terdapat di masyarakat Desa Penyengat Olak adalah masih ada Ibu yang memberikan susu formula kepada bayinya, hal ini dikarenakan pengeluaran ASI yang belum lancar sehingga ibu dan keluarga tidak sabar untuk memberikan susu formula kepada bayinya. Masyarakat Penyengat Olak juga belum mengetahui tentang Perawatan Payudara dan Pijat Oksitosin yang berguna untuk melancarkan pengeluaran ASI. Ketakutan Masyarakat akan bayi yang tidak mendapatkan ASI pada hari Pertama membuat Masyarakat mencari alternatif untuk memberikan cairan pengganti susu, padahal bayi yang lahir cukup bulan dan sehat mempunyai persediaan kalori dan cairan yang dapat mempertahankannya tanpa minuman selama beberapa hari.

Masalah-masalah yang sering terjadi pada menyusui terutama terdapat pada ibu primipara namun tidak menutup kemungkinan ibu yang sudah melahirkan beberapa kalipun kerap kali mengalami hal yang sama. Oleh karena itu ibu hamil Trimester III perlu mendapatkan informasi dan penjelasan tentang pentingnya perawatan payudara dan pijat oksitosin ketika menghadapi masa menyusui nanti sehingga siap dengan proses menyusui dan siap dalam pemberian ASI kepada bayinya dan diharapkan dapat memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya (Wirapuspita, 2013).

Pentingnya pendidikan kesehatan kepada kader kesehatan dan ibu saling bekerjasama untuk meningkatkan ASI eksklusif sehingga dapat menentukan keberhasilan ibu menyusui, dan juga ditambah dukungan suami juga dapat menentukan keberhasilan ibu menyusui dan memberikan rasa nyaman pada ibu yang dapat mempengaruhi produksi ASI, meningkatkan semangat dan memberikan rasa nyaman saat ibu menyusui. Sehingga kesuksesan pemberian ASI eksklusif juga memerlukan banyak dukungan dan partisipasi dari berbagai pihak termasuk dari kader kesehatan karena kader kesehatan orang yang sering bersosialisasi dengan masyarakat khususnya ibu hamil dan menyusui (Handayani & Aprilina, 2015).

KESIMPULAN DAN SARAN

Rerata pengetahuan ibu sebelum dilakukan edukasi adalah 16.6, nilai minimum 10, maksimum 32. Rerata pengetahuan ibu setelah dilakukan edukasi adalah 21.9, nilai minimum 15, maksimum 38. Keterampilan ibu melakukan perawatan payudara dan pijit oksitosin meningkat dari sebelumnya menjadi 60%.

Ucapan Terimakasih

Kami ucapkan terima kasih banyak kepada Direktur Poltekkes Jambi yang telah memberikan izin pelaksanaan kegiatan pengabdian ini, dan Kepada seluruh masyarakat yang telah berpartisipasi menyukseskan kegiatan ini.

Conflict of Interests

The authors declared that no potential conflicts of interest with respect to the authorship and publication of this article.

REFERENCES

- Apreliasari, H., & Risnawati, R. (2020). Pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 5(1), 48–52.
- Asih, Y. (2018). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), 209–214.
- Boateng, M. (2018). *Knowledge, attitude and practice of exclusive breastfeeding among mothers in Techiman, Ghana*. Itä-Suomen yliopisto.
- Cyntia Putri, R., & Puspowati, S. D. (2019). *Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Asi Eksklusif Di Wilayah Binaan Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Doko, T. M., Aristiati, K., & Hadisaputro, S. (2019). Pengaruh pijat oksitosin oleh suami terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(2), 66–86.
- Dukuzumuremyi, J. P. C., Acheampong, K., Abesig, J., & Luo, J. (2020). Knowledge, attitude, and practice of exclusive breastfeeding among mothers in East Africa: a systematic review. *International Breastfeeding Journal*, 15(1), 1–17.

- Handayani, D. Y., & Aprilina, H. A. (2015). Pemberdayaan Kader Posyandu dalam Program ASI Eksklusif di Desa Pamijen Sokaraja Banyumas. *Medisains: Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Kesehatan*, 13(1), 1–4.
- Kemkes RI. (2018). Hasil utama RISKESDAS 2018. In *Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018_1274.pdf. Last accessed: 20 June 2022.
- Kusnan, A., Binekada, I. M. C., & Usman, A. N. (2020). The proxy determinant of complementary feeding of the breastfed child delivery in less than 6 months old infant in the fishing community of Buton tribe. *Enfermeria Clinica*, 30, 544–547.
- Kusumayanti, N., & Nindya, T. S. (2017). Hubungan dukungan suami dengan pemberian asi eksklusif di daerah perdesaan. *Media Gizi Indonesia*, 12(2), 98–106.
- Maita, L. (2016). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 7(3), 173–175.
- Nurainun, E., & Susilowati, E. (2021). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas: Literature Review. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 7(1), 20.
- Rahayu, D., & Yunarsih, Y. (2018). Penerapan Pijat Oksitosin Dalam Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum. *Journals of Ners Community*, 9(1), 8–14.
- Reddy, S., & Abuka, T. (2016). Determinants of exclusive breastfeeding practice among mothers of children under two years old in Dilla Zuria District, Gedeo zone, SNNPR, Ethiopia, 2014. *J Pregnancy Child Health*, 3(224), 10–4172.
- Saputri, I. N., Ginting, D. Y., & Zendato, I. C. (2019). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi asi pada ibu postpartum. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 2(1), 68–73.
- Triananinsi, N., Syarif, S., & Kamaruddin, M. (2021). Pijat Oksitosin Mempengaruhi Kelancaran Asi. *Jurnal Antara Abdimas Kebidanan*, 4(2), 41–46.
- Wirapuspita, R. (2013). Insentif dan kinerja kader posyandu. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 58–65.
- Wulandari, D. A., & Mayangsari, D. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Dan Pijat Endorphin Terhadap Kelancaran Produksi Asi. *Jurnal Kebidanan*, 128–134.
- Wulandari, P., Menik, K., & Khusnul, A. (2018). Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum melalui Tindakan Pijat Oksitosin. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (JIKI)*, 2(1), 33–49.

