



**UPAYA PROMOTIF MENYUKSESKAN ASI EKSKLUSIF DENGAN SOSIALISASI  
BUKU PANDUAN PIJAT OKSITOSIN PADA PRAKTIK MANDIRI BIDAN (PMB) DI  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS III DENPASAR UTARA**

*(Promoting Efforts For Successful Of Exclusive Breast Milk With The Socialization Of The  
Oxytocine Massage Guide Book In Mandiri Midwife Practices In The Work Area Of  
Puskesmas (Community Health Center) North Denpasar III)*

Ni Putu Sri Haryati<sup>1</sup>, Ni Wayan Manik Parwati<sup>2</sup>, Idah Ayu Wulandari<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

E-mail : manikparwati82@gmail.com

Received : September, 2022

Accepted : November, 2022

Published : November, 2022

**ABSTRAK**

Bayi baru lahir perlu mendapatkan perawatan yang optimal sejak lahir, salah satunya adalah Air Susu Ibu (ASI). Semua perempuan mempunyai potensi untuk memberikan ASI kepada anaknya, namun tidak semua ibu postpartum dapat langsung mengeluarkan ASI. Berbagai kendala bisa timbul dalam upaya memberikan ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Metode yang digunakan untuk memecahkan permasalahan tersebut adalah meningkatkan cakupan ASI Eksklusif dengan memberikan solusi yaitu sosialisasi buku panduan pijat oksitosin. Pemahaman bidan dan adanya buku panduan, diharapkan dapat meningkatkan pelaksanaan pijat oksitosin pada ibu menyusui di masyarakat sebagai upaya meningkatkan produksi ASI. Pelaksanaan kegiatan sosialisasi buku panduan telah dilaksanakan di secara daring dengan melibatkan Puskesmas III Denpasar Utara dan 10 PMB di wilayah kerjanya. Untuk mengukur perubahan pengetahuan dilakukan pre dan post test. Penyampaian materi penyuluhan melalui video, PPT dan check list.

Dengan meningkatnya pengetahuan dan keterampilan para bidan diharapkan dapat memberikan informasi dan mengajarkan para ibu tentang pijat oksitosin di wilayahnya masing-masing.

**Kata kunci :** Sosialisasi, pijat oksitosin, PMB

**ABSTRACT**

*Newborns need to receive optimal care from birth, one of which is breast milk. All women have the potential to give breast milk to their children, but not all postpartum mothers can express breast milk immediately. Various obstacles can arise in an effort to provide exclusive breastfeeding for the first six months of a baby's life.*

*The method used to solve this problem is to increase the coverage of exclusive breastfeeding by providing a solution, namely the socialization of the oxytocin massage guide book. The understanding of midwives and the existence of guidebooks is expected to increase the implementation of oxytocin massage for breastfeeding mothers in the community as an effort to increase breast milk production. The implementation of the guidebook socialization activity has been carried out online by involving the North Denpasar Health Center III and 10 independent practice midwives in their working areas. To measure changes in knowledge,*

*pre and post tests were carried out. Delivery of extension materials through videos, power point presentations and check lists.*

*With the increased knowledge and skills of the midwives, it is hoped that they can provide information and teach mothers about oxytocin massage in their respective areas.*

**Keywords** : *socialization, ocytosin massage, PMB*

## **PENDAHULUAN**

Bayi baru lahir perlu mendapatkan perawatan yang optimal sejak lahir, salah satunya adalah Air Susu Ibu (ASI). Semua perempuan mempunyai potensi untuk memberikan ASI kepada anaknya, namun tidak semua ibu postpartum dapat langsung mengeluarkan ASI. Berbagai kendala bisa timbul dalam upaya memberikan ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi (Sulistiyawati & Mildiana 2022). Pengeluaran ASI merupakan interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, syaraf dan bermacam-macam hormon yang mempengaruhi keluarnya oksitosin (Azizah, Widyawati, and Anggraini 2011). Kendala dalam memberikan ASI secara dini pada hari pertama setelah melahirkan yaitu produksi ASI yang sedikit. Keadaan emosi ibu yang berkaitan dengan reflex oksitosin ibu dapat mempengaruhi produksi ASI sekitar 80% sampai 90%. Kondisi emosional ibu dalam keadaan baik, nyaman dan tanpa tekanan maka dapat meningkatkan dan memperlancar produksi ASI (Indrasari 2019).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) dan UNICEF, cakupan ASI eksklusif pada bayi di bawah 6 bulan adalah 41% dan ditargetkan mencapai 70% pada tahun 2030 (2018 dalam *Global Breastfeeding Scorecard*, 2018). Berdasarkan data dari profil kesehatan Indonesia tahun 2017, cakupan presentasi bayi yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia adalah sebesar 61,33% (*Profil Kesehatan Indonesia*, 2017). Pemerintah telah menargetkan pencapaian ASI Eksklusif di Indonesia sebesar 80%, namun hal itu masih belum tercapai hingga saat ini. Rendahnya cakupan ASI eksklusif ini erat kaitannya dengan kesukaran ibu menyusui karena ASI tidak keluar. Upaya untuk meningkatkan cakupan ini dengan memberikan informasi yang benar dan tepat mengenai berbagai manfaat ASI eksklusif bagi ibu maupun bayi sehingga dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi. Hakekatnya penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) yang masih tinggi juga dapat diturunkan dengan ASI eksklusif dimana akan semakin banyak bayi yang sehat maka akan mengurangi kejadian kesakitan dan menurunkan Angka Kematian Ibu (AKI). Tahun 2019 cakupan pemberian ASI Eksklusif di Denpasar sebesar 60% sudah mengalami peningkatan bila dibandingkan tahun 2018 (47,91%).

Meskipun secara umum di Kota Denpasar terjadi peningkatan cakupan ASI Eksklusif dibandingkan dengan tahun sebelumnya, namun hasil tersebut masih perlu ditingkatkan. Cakupan ASI Eksklusif terendah di Puskesmas III Denpasar Utara. Rendahnya cakupan ASI Eksklusif disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya karena kebanyakan ibu-ibu yang memiliki bayi bekerja mencari nafkah untuk menunjang kebutuhan keluarga sehingga tidak ada kesempatan untuk memberikan ASI secara eksklusif mulai sejak lahir sampai bayi berumur 6 bulan dan lebih banyak memberikan susu formula pada bayinya. Langkah yang telah dilakukan untuk meningkatkan cakupan ASI Eksklusif di Kota Denpasar adalah meningkatkan promosi

tentang pentingnya ASI Eksklusif dan teknik penyimpanan ASI yang dapat dilakukan oleh ibu bekerja sehingga ASI nya tetap bisa dinikmati bayi dan ibu tidak perlu berhenti bekerja. Selain itu perlu dilakukan sosialisasi ke instansi pemerintah dan swasta tentang pentingnya menyiapkan ruangan sebagai pojok ASI (Dinas Kesehatan Kota Denpasar 2020).

Rendahnya cakupan ASI eksklusif ini erat kaitannya dengan kesulitan ibu dalam menyusui yang mungkin disebabkan karena ASI tidak keluar. Berbagai upaya telah dilakukan salah satunya dengan melakukan pijat oksitosin. Pijat oksitosin yang berfungsi untuk refleksi let down dan memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak pada payudara (engorgement), mengurangi sumbatan Air Susu Ibu (ASI), merangsang pengeluaran hormon oksitosin, dan mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Delima, Arni, & Rosya 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Ahluwia, Morrow, dan Hsia (2005) ditemukan bahwa ibu-ibu berhenti menyusui bayinya pada bulan pertama postpartum disebabkan karena puting lecet, kesulitan dalam melakukan perlekatan yang benar serta persepsi mereka tentang ketidakcukupan produksi ASI ibu sehingga tidak dapat memuaskan bayi. Penurunan produksi ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI. Faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif selanjutnya adalah rasa nyaman, setelah ibu melahirkan, ibu akan mengalami rasa tidak nyaman diseluruh tubuh, stres dan khawatir tidak bisa mencukupi kebutuhan ASI untuk buah hatinya. Hal ini akan menghambat sekresi hormon oksitosin. Hormon oksitosin adalah hormon yang berperan dalam pengeluaran ASI. Apabila sekresi hormon oksitosin terhambat, pengeluaran ASI menjadi tidak lancar.

Berdasarkan hal tersebut, maka perlu dilaksanakan pengabdian masyarakat berupa pemberian sosialisasi buku panduan pijat oksitosin di Praktik Mandiri Bidan (PMB) di wilayah kerja Puskesmas III Denpasar Utara. Kegiatan ini sebagai upaya promotif dalam menyukkseskan pemberian ASI eksklusif.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa sosialisasi buku panduan pijat oksitosin kepada para bidan di wilayah kerja Puskesmas III Denpasar Utara yang melibatkan bidan dan PMB. Sosialisasi dilakukan secara daring dan diikuti 10 bidan perwakilan PMB dan during dengan 3 bidan yang bertugas di Puskesmas III Denpasar Utara.

Media edukasi yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu powerpoint edukasi dengan topik pijat oksitosin, buku panduan pijat oksitosin, dan video pijat oksitosin. Adapun alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner untuk menilai pengetahuan. Data pretest dan post test diolah dengan SPSS dan disajikan dengan tabel frekuensi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa sosialisasi buku panduan pijat oksitosin dilaksanakan secara daring dan during pada hari Sabtu tanggal 21 Agustus 2021 di Puskesmas III Denpasar Utara. Kuesioner pre test dibagikan sebelum dilakukannya sosialisasi dan dijelaskan terlebih dahulu

mengenai tata cara pengisian kuesioner pre test. Pemberian pretes dilakukan untuk mengukur pengetahuan awal kader tentang pijat oksitosin. Kegiatan sosialisasi buku panduan pijat oksitosis dilaksanakan dengan menjelaskan buku panduan dan tahapan-tahapan pelaksanaan pijat oksitosis melalui media zoom dan PPT. Penyampaian materi dilakukan dengan menampilkan materi secara singkat dan jelas disertai dengan gambar-gambar yang menarik, sehingga bidan antusias dalam mendengarkan penjelasan yang disampaikan.



**Gambar 3. Penyuluhan tentang sosialisasi panduan pijat oksitosin secara daring**

Adapun hasil pretest pengetahuan kader tentang pijat bayi adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil pre test Bidan tentang pijat oksitosin

| <b>Tingkat pengetahuan</b> | <b>N</b>  | <b>(%)</b>  |
|----------------------------|-----------|-------------|
| Baik                       | 10        | 76,92%      |
| Cukup                      | 3         | 23,08%      |
| <b>Total</b>               | <b>13</b> | <b>100%</b> |

Di Akhir kegiatan peserta diberikan kuesioner untuk melaksanakan post test dengan hasil adalah 100 % responden berpengetahuan baik. Di akhir sosialisasi di tutup dengan pemberian buku kepada PMB di wilayah kerja Puskesmas III Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara yang diwakili oleh Kepala Puskesmas.



Gambar4. Penyerahan buku panduan pijat oksitosin secara simbolis kepada PMB yang diwakili oleh Kepala Puskesmas III Denpasar Utara

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Peserta yang mengikuti sosialisasi buku panduan pijat oksitosin secara daring sebanyak 10 PMB. Sosialisasi buku panduan pijat oksitosin kepada PMB dapat berjalan dengan lancar. Diharapkan buku panduan pijat oksitosin bisa diterapkan pada ibu postpartum dan menyusui sehingga dapat meningkatkan cakupan ASI eksklusif pada masyarakat. Diharapkan untuk kegiatan selanjutnya dapat melibatkan ibu nifas beserta keluarga sehingga dapat mendukung capaian ASI eksklusif secara lebih optimal.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arma, N., et.al, (2017). Asuhan Kebidanan. Medan Asih, Yusari, (2017). “Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas”. Jurnal Keperawatan. Volume XIII, No. 2, Oktober 2017
- Astutik, R.Y., (2017). Payudara dan Laktasi. Jakarta : Salemba Medika. Azriani, D dan Handayani S, (2016). ‘The Effect of Oxytocin Massage on Breast Milk Production’. Dama Internasional Journal of Researchers. Vol 1, 8 August 2016, hal 47-50. Diperoleh dari 73 Jurnal Kebidanan Kestra (JKK), e-ISSN 2655-0822 Vol. 2 No.1 Edisi Mei-Oktober 2019
- Azizah, Iin Nur, Melyana Nurul Widyawati, and Novita Nining Anggraini. 2011. “Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Persalinan Normal Ibu Primipara DI BPS S Dan B Demak Tahun 2011.” Jurnal Unimus 1(1): 90–96.
- Delima, Mera, Gina Arni, and Ernalinda Rosya. 2016. “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui Di Puskesmas Plus Mandiangin.” Jurnal Ipteks Terapan 9(4): 283–93.
- Dinas Kesehatan Kota Denpasar. 2020. “Profil Dinas Kesehatan Kota Denpasar Tahun 2019 Oleh.” Journal of Chemical Information and Modeling 53(9): 1689–99.
- Indrasari, Nelly. 2019. “Meningkatkan Kelancaran ASI Dengan Metode Pijat Oksitoksin Pada Ibu Post Partum.” Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik 15(1): 48.
- Kiftia, Mariatul, (2015). “Pengaruh Terapi Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum”. Jurnal Ilmu Keperawatan. Volume 3, No. 1. 2015. Hal. 42-49

- Maita, Liva, (2016). “Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI”. Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes. Volume VII Nomor 3, Juli 2016.
- Pilaria E dan Sopiatur R, (2017). “The Effect of Oxytocin Massage on Postpartum Mother Breast Milk Production at Pejerk Public Health in the Year of 2017”. Jurnal Kedokteran YARSI. Volume 26 Nomor 1. Hal 027-033 (2018).
- Rahayu D dan Yunarsih, (2018). “Penerapan Pijat Oksitoksin dalam Meningkatkan Produksi ASI Ibu Postpartum”. Journals of Ners Community. Volume 09, nomor 01, Juni 2018. Hal 08-14.
- Rahayuningsih, T, Mudigdo A, Murti B, (2016).”Effect of Breast Care and Oxytocin Massage on Breast Milk Production: A study in Sukoharjo Provincial Hospital”. Journal of Maternal and Child Health. Volume 1 nomor 2, 2016, halaman 101- 109.
- Rukiyah, AY, et all, (2015). Asuhan Kebidanan III (Nifas). Jakarta : CV. Trans Info Media.
- Sulistiyawati, Henny, and Yana Eka Mildiana. 2022. “The Effect of Oxytocin Massage on Breast Milk Production in Postpartum Mothers at PMB Nurul Awalia Astarie , A . Md . Keb , Mojoagung District , Jombang Regency.” 14.
- Wijayanti dan Setyaningsih, (2017). “Perbedaan Metode Pijat Oksitosin dan Breast Care Dalam Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum ”. Jurnal Komunikasi Kesehatan .Vol.VIII No.2 Tahun 2017. Hal. 1-12.
- Wulandari, FT, Aminin F, Dewi U, (2014). “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Post Partum Di Rumah Sakit Umum Daerah Provinsi Kepulauan Riau”. Jurnal Kesehatan. Volume V, Nomor 2, Oktober 2014, hlm 173-178.