

Akupreuser Pijat Bayi dan Pijat Oksitosin Solusi Masalah Pada Produksi ASI

Setiawandari*, Nyna Puspita Ningrum

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

¹email: setiawandari@unipasby.ac.id

Abstrak

Menurunnya produksi ASI pada ibu menyusui di pengaruhi oleh beberapa faktor. Kurang kuatnya *bounding attachment* antara ibu dan anak dikarenakan ibu bekerja menjadi penyebab menurunnya produksi ASI. Solusi untuk meningkatkan produksi ASI adalah mengkonsumsi bahan makanan untuk memperbanyak ASI, *breast care*, pijat oksitosin, dan pijat bayi. Pijat bayi secara tidak langsung dapat meningkatkan produksi ASI, pijatan pada daerah abdomen merangsang hormone gastrin, memaksimalkan penyerapan ASI dan mempercepat pengosongan lambung bayi, sehingga bayi menjadi lebih sering menyusui. dari pengabdian pada masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat tentang ASI Eksklusif. Ibu bayi balita, ibu menyusui dan kader Kesehatan bisa melakukan pijat bayi dan pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI dan sebagai upaya meningkatkan tumbuh kembang anak. yang digunakan adalah penyuluhan, diskusi, demonstrasi dan praktik tentang pijat bayi dan pijat oksitosin. Sasaran kegiatan adalah ibu yang mempunyai bayi dan balita, ibu menyusui dan kader kesehatan sejumlah 30 orang. Kegiatan dimulai dari tanggal 23 Januari sampai dengan 11 Februari 2017 bertempat di Desa Modong Kecamatan Tulangan Kabupaten Sidoarjo. adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang Asi Eksklusif, ibu bayi, ibu balita, ibu menyusui dan kader kesehatan dapat melakukan pijat bayi dan pijat oksitosin secara mandiri.

Kata Kunci: pijat bayi, pijat oksitosin, asi eksklusif

Copyright © (2022) Seminar Hasil Riset dan Pengabdian ke 4

PENDAHULUAN

Sentuhan merupakan kebutuhan dasar manusia untuk merasa aman, nyaman dan perasaan disayangi. Sentuhan adalah faktor intrinsik dalam perkembangan anak. Selain itu pijat bayi bermanfaat secara tidak langsung dalam meningkatkan produksi ASI. Namun di tengah kemajuan ilmu teknologi, pijat bayi dianggap kegiatan yang ketinggalan jaman. Sentuhan dianggap tidak steril dan tidak mempunyai dasar keilmuan. Orang tua merasa takut bahwa pemijatan dapat mematahkan tulang-tulang dan merusak otot bayi yang masih sangat lunak dan lemah. Masih adanya praktek pijat bayi yang dilakukan oleh dukun bayi di sekitar masyarakat Desa Modong, dimana praktek yang dilakukan tidak berdasarkan teori. Pijat bayi yang tidak sesuai dengan fisiologis tubuh bayi akan menyebabkan trauma pada bayi. Praktek pijat bayi yang dilakukan dukun bayi sebaiknya mendapatkan pengawasan dan pelatihan. Karena praktik pemijatan yang salah, bisa membahayakan dan dapat menimbulkan kematian pada bayi. Komplikasi-komplikasi pijat bayi oleh dukun bayi yang pernah dilaporkan adalah perdarahan intrakranial dan ileus obstruktif (Handayani, Suharto, & Surtinah, 2015). Terdapat perbedaan gerakan-gerakan pijat bayi tradisional oleh dukun bayi dengan gerakan-gerakan pijat bayi berdasarkan pedoman pijat bayi sehat, yaitu pada pedoman pijat bayi sehat tidak terdapat pijatan dibagian kepala bagian parietal maupun occipital, hanya berupa gerakan mengusap halus pada area wajah. Gerakan pijat pada perut hanya gerakan pijat sesuai anatomi usus besar yang disebut gerakan I LOVE U, sehingga dimungkinkan terjadinya beberapa komplikasi. Pemijatan oleh dukun bayi boleh saja dilakukan, asal orang tua harus mengetahui kondisi yang sebenarnya pada bayinya. Pertama, orang tua harus tahu bahwa bayi yang sedang sakit tidak boleh dipijat. Hal ini disebabkan karena bayi yang sedang sakit akan cenderung lebih rewel, dan dengan memberikan pijatan kepada bayi yang rewel justru akan membuat ototnya semakin tegang. Sedangkan tujuan dari pijat itu sendiri adalah untuk melemaskan ototnya, sehingga bisa dikatakan bahwa memijat bayi yang sedang sakit tidak akan memberikan kesembuhan, malah sebaliknya bisa membuatnya semakin rewel dan tidak nyaman. Hal kedua yang harus diketahui orang tua adalah memijat bayi tidak boleh dilakukan pada bagian kepalanya melainkan hanya sebatas wajah. Ketiga, orang tua harus tahu bahwa bayi tidak boleh terus dipijat apabila saat dipijat justru bayi jadi menangis. Bayi butuh kesiapan saat dipijat, dan menangis merupakan tanda bahwa bayi tidak nyaman dengan keadaannya. Bahkan beberapa ahli fisioterapi meragukan soal bayi yang terlelap tidur setelah menangis sepanjang dipijat, bukan karena sembuh dari penyakit atau keseleonya, namun karena kelelahan menangis (Aditya, 2014)(MCC, 2014).

Permasalahan lainnya yang ditemukan adalah masih tingginya ibu yang tidak memberikan ASI secara eksklusif dengan alasan ibu bekerja dan produksi ASI sedikit. Desa Modong adalah sebuah kelurahan di wilayah Kecamatan Tulangan Sidoarjo dengan luas 97,287 Ha dan di

kepalai oleh Lurah Bapak H.Masduqi. Kelurahan Modong terdiri dari 6 RW dan 10 RT. Dengan total jumlah penduduk laki-laki : 2.197 jiwa dan perempuan : 2.091 jiwa. Dari hasil pendataan oleh mahasiswa pada 124 KK didapatkan data jumlah bayi yang berusia < 1 tahun ada 4 bayi (0,96%) dan jumlah balita usia 1-5 tahun ada 36 balita (9,17%). Sedangkan jumlah ibu yang menyusui secara eksklusif hanya 15 orang (37,5%) dari 40 ibu yang pernah mempunyai bayi. Rendahnya cakupan ASI Eksklusif di Desa Modong bukan karena tidak adanya kegiatan tentang promosi ASI, melainkan tingginya angka ibu yang tidak memberikan ASI secara eksklusif dikarenakan alasan klasik, yaitu ASI tidak keluar, atau produksi ASI nya sedikit. Hasil wawancara dengan kader kesehatan, mengatakan bahwa di Desa Modong belum pernah ada sosialisasi atau pelatihan pijat bayi dan pijat oksitosin dari Puskesmas Tulangan, oleh karena itu Dosen dan Mahasiswa Kebidanan FSK Universitas PGRI Adi Buana Surabaya memberikan penyuluhan dan pelatihan kepada ibu-ibu kader tentang praktek pijat bayi dan praktek pijat oksitosin, agar masyarakat dapat melakukan pijat bayi secara mandiri dan keluarga lainnya melakukan pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang dilakukan pada kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat adalah dengan memberdayakan masyarakat, dilakukan dengan beberapa cara antara lain melalui penyuluhan perorangan, penyuluhan keluarga, penyuluhan kelompok dan pelatihan :

1) Penyuluhan perorangan

Penyuluhan perorangan dilakukan pada Ibu-ibu yang mempunyai bayi dan balita, ibu hamil, tokoh agama, tokoh masyarakat, pamong, kader PKK atau kader kesehatan, dan petugas kesehatan yang ada disekitar lingkungan tempat tinggal.

2) Penyuluhan keluarga

Dalam melakukan penyuluhan keluarga mencakup semua anggota keluarga yang dapat berpartisipasi dalam praktek pijat bayi dan pijat oksitosin seperti : ayah, ibu, anggota keluarga lainnya (kakek, nenek, mertua, pengasuh anak)

3) Penyuluhan kelompok

Penyuluhan kelompok dilakukan pada Kader PKK, kelompok khusus seperti : arisan, karang taruna, pengajian, posyandu, kelompok dasa wisma, dll

Penyuluhan Kesehatan menggunakan bahasa yang dimengerti oleh masyarakat, disertai dengan video tutorial. Disamping penyuluhan juga dilakukan diskusi tanya jawab. Metode ini dipilih agar masyarakat bisa menyampaikan pengalaman pribadi tentang masalah-masalah yang ditemui saat mengasuh anaknya dan selama menyusui. Sehingga bisa sebagai media sharing seputar ASI.

4) Pelatihan praktek pijat bayi dan pijat oksitosin

a. Demonstrasi

Sebelum dilakukan pelatihan, dosen dibantu mahasiswa melakukan demonstrasi mulai dari persiapan bahan dan teknik dalam melakukan pijat bayi dan pijat oksitosin.

b. Pelatihan pijat bayi dan pijat oksitosin

Pelatihan dilakukan kepada kader PKK, ibu bayi dan balita, keluarga lain (suami, kakek, nenek, saudara). Metode ini dipilih untuk dilakukan pendampingan secara keseluruhan maupun individual kepada peserta pelatihan, agar peserta benar-benar dapat melakukan sesuai dengan SOP.

c. Evaluasi kegiatan

Evaluasi kegiatan dilakukan di akhir pelatihan untuk mengetahui apa yang disampaikan telah sesuai tujuan.

Pengabdian pada masyarakat di Desa Modong Kecamatan Tulangan Kabupaten Sidoarjo dilaksanakan pada tanggal 23 Januari sampai dengan 11 Februari 2017 dengan puncak kegiatan MMD pada tanggal 03 Februari 2017 bertempat di balai Desa Modong dilanjutkan dengan penyuluhan dan pelatihan praktek pijat bayi dan pijat oksitosin pada tanggal 09 Februari 2017. Peserta yang ikut dalam PkM adalah perangkat Desa Modong, Bidan penanggung jawab wilayah Ibu Sri Utami, AMd.Keb, Kader Kesehatan/ Kader PKK, sasaran utama ibu bayi, ibu balita dan ibu menyusui sejumlah 30 orang. Alat bantu menggunakan phantom boneka bayi, phantom ibu menyusui dan minyak zaitun atau minyak kelapa yang aman bagi bayi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PkM diawali dengan sesi penyuluhan tentang ASI Eksklusif, manfaat stimulasi pijat bayi dan pijat oksitosin selama kurang lebih 1 jam, kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan demonstrasi. Peserta dibagi menjadi 5 kelompok, 1 kelompok terdiri dari 5 – 6 orang, dan di pandu oleh 1 dosen dan mahasiswa. Demonstrasi pijat bayi oleh dosen menggunakan phantom bayi, bertujuan untuk meningkatkan tumbuh kembang, meningkatkan berat badan, menstimulasi produksi ASI dan meningkatkan *bonding attachment*. Pijat mempengaruhi sistem saraf dari tepi sampai pusat. Menurut Ina Rosalina (2007) tekanan pada reseptor saraf di kulit akan menyebabkan pelebaran vena, arteri dan kapiler sehingga akan menghambat penyempitan, melemaskan ketegangan otot, melambatkan detak jantung dan meningkatkan gerakan usus di saluran cerna dengan memberi dampak pemacuan saraf nervus vagus (saraf otak ke-10) yang berhubungan dengan sistem perut besar dan merangsang pengeluaran hormon penyerapan gastrin dan insulin, dimana kedua hormon tersebut akan meningkatkan absorpsi makanan menjadi lebih baik, sehingga bayi akan merasa cepat lapar dan akan menyusui lebih aktif serta sering. Hal ini akan merangsang peningkatan sekresi hormon

prolaktin dan oksitosin ibu yang berakibat ASI akan semakin banyak diproduksi (Setiawandari, 2015). Setelah dilakukan demonstrasi pijat bayi, peserta diminta untuk mempraktekkan pijat bayi pada anaknya didampingi oleh dosen dan mahasiswa. Bagi kader yang tidak membawa bayi/anak, praktik dilakukan pada boneka phantom. Selanjutnya, peserta diminta mengulang kembali apa yang telah didemonstrasikan oleh tutor. Sehingga dapat diketahui pada evaluasi awal, peserta telah mampu melakukan praktek pijat bayi sendiri.

Sesi kedua praktek pijat oksitosin dengan menggunakan phantom. Pelaksanaan pijat oksitosin di demonstrasikan oleh mahasiswa. Pijat ini bertujuan untuk meningkatkan produksi ASI ibu dengan cara menstimulasi hormone oksitosin (Nufus, 2019) (Hartiningtiyaswati, Nuraini, & Setiawandari, 2015). Pemijatan dilakukan selama 3 menit dengan frekuensi 2 kali sehari, sepanjang tulang belakang (tulang vertebrae sampai tulang costae kelima-enam). Dengan pijatan pada tulang belakang akan merangsang hipofise posterior menstimulasi hormon oksitosin, sehingga menimbulkan kontraksi sel-sel myopytel yang mengelilingi alveoli dan duktus, menyebabkan ASI mengalir banyak menuju sinus dan areola mammae (Nove Lestari, 2017). Manfaat lainnya adalah mengurangi bengkak pada payudara (*engorgement*). Hasil penelitian Maita, L (2016) melaporkan ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu nifas di BPM Ernita dengan nilai $\rho=0,000$ ($p<0,05$) (Maita, 2016). Bersamaan dengan demonstrasi, peserta juga mempraktekkan pijat oksitosin kepada peserta yang lain. Sesi terakhir adalah pemberian dorpres bagi peserta yang bisa menjawab pertanyaan seputar pijat bayi dan pijat oksitosin serta berani mempraktekkan pijat bayi dan pijat oksitosin di depan. Dari 7 pertanyaan, 5 pertanyaan dijawab dengan benar oleh peserta dan 2 orang peserta melakukan demonstrasi di phantom boneka dengan benar. Peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini. Hal tersebut menunjukkan bahwa masyarakat sangat menyadari pentingnya ASI eksklusif dan pijat bayi untuk tumbuh kembang anaknya. Secara menyeluruh kegiatan praktek pijat bayi dan pijat oksitosin pada ibu menyusui dalam rangka Pengabdian kepada Masyarakat berjalan dengan lancar berkat dukungan berbagai pihak terkait. Evaluasi pengetahuan peserta dilakukan dengan tanya jawab seputar ASI dan hampir semua pertanyaan dapat dijawab dengan benar. Sedangkan evaluasi ketrampilan pijat bayi, bahwa ibu bayi balita, ibu menyusui dan kader Kesehatan, bahwa peserta mampu mendemonstrasikan kembali pijat bayi pada phantom.



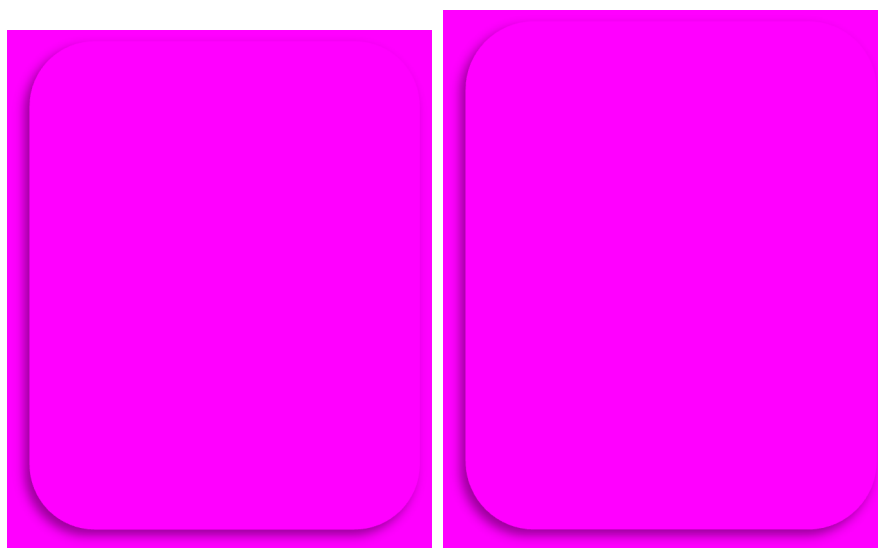
Gambar 1. Penyuluhan Asi Eksklusif



Gambar 2. Demontrasi Pijat Bayi



Gambar 3. Praktik Pijat Bayi oleh Sasaran



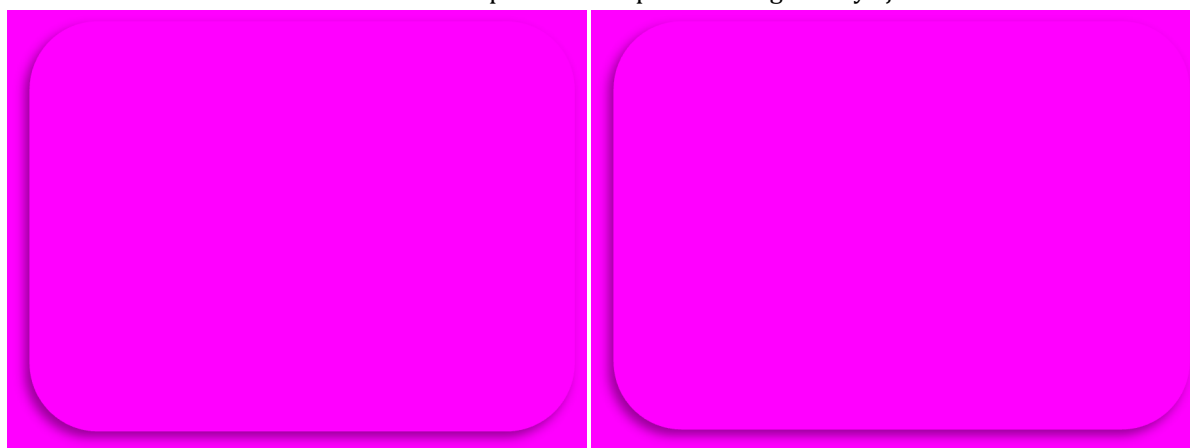
Gambar 4. Praktik Mandiri Pijat Bayi oleh Sasaran



Gambar 5. Demonstrasi Pijat Oksitosin oleh Mahasiswa



Gambar 6. Evaluasi pemahaman peserta dengan tanya jawab



Gambar 7. Foto Bersama kader dan sasaran

KESIMPULAN

Hasil dari kegiatan Pengabdian pada Masyarakat dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Penyuluhan ASI menambah pengetahuan ibu tentang manfaat, tujuan dan cara meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.
2. Pelatihan akupreuser pijat bayi dan pijat oksitosin meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu bayi, ibu menyusui dan kader kesehatan dan dapat merubah perilaku masyarakat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang memberikan dukungan dana, sarana dan prasarana sehingga kegiatan PkM dapat terlaksana dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, N. (2014). *Hand Book for New Mom* (1; Herlina P.Dewi, ed.). Yogyakarta.
- Handayani, T. E., Suharto, A., & Surtinah, N. (2015). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 3-5 Bulan di Bidan Praktek Mandiri (BPM) Kabupaten Magetan. 2-

Trik: Tunas-Tunas Riset Kesehatan, 5(1), 49–52.

- Hartiningtiyaswati, S., Nuraini, I., & Setiawandari. (2015). Efektifitas Kombinasi IMD dan Pijat Oksitosin Pada Awal Masa Menyusui Terhadap keberhasilan Asi Eksklusif di BPM Istiqomah Surabaya. *Embrio*, VII(1), 26–32. Retrieved from <https://karyailmiah.unipasby.ac.id/2017/06/05/ems/>
- Maita, L. (2016). Pengaruh Pijat Oksitosin dengan Produksi ASI. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, vol VII(no 3), 173–175.
- MCC, T. G. (2014). *Home Baby Spa* (I; E.Marta, ed.). Jakarta.
- Nove Lestari. (2017). Oxytocin Massage on Postpartum Primipara Mother to the Breastmilk Production And Oxytocin Hormone Level. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*, 4(2), 120–124. <https://doi.org/10.26699/jnk.v4i>
- Nufus, H. (2019). Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi. *Jurnal Borneo Cendekia*, 3(2), 223–227. <https://doi.org/10.54411/jbc.v3i2.217>
- Setiawandari. (2015). Perbedaan Pengaruh Teknik Marmet Dengan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum di Rumah Sakit Ibu dan Anak IBI Surabaya. *Embrio*, 7(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.36456/embrio.vol7.no.a49>