

Pemberdayaan Suami Dalam Melakukan Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas Di Praktek Bidan Mandiri Rimenda Br Tarigan Kecamatan Medan Denai Tahun 2024

Titin Purnama Gea¹, Wendi Idol Sryningsih Gulo², Wini Sukariang Wati Gulo³
Dewi Sartika Hutabarat⁴, Petra Dian Sari Zega⁵, Nopalina Damanik⁶

¹²³⁴⁵⁶Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Email: purnamatitin78@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang Pemberian ASI eksklusif di dunia masih sangat rendah. Kendala ibu tidak menyusui bayinya pada hari pertama karena adanya ketakutan ibu yang tidak memiliki cukup ASI, puting rata, payudara bengkak, abses pada payudara, puting lecet atau pecah-pecah. Rasa sakit ini akan membuat seorang ibu menjadi stress. Tujuan dari program pengabdian (PKM) ini untuk meningkatkan Pemberdayaan Suami Dalam Melakukan Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas Di Praktek Bidan Mandiri Rimenda Br Tarigan Kecamatan Medan Denai Tahun 2024. Metode yang dilakukan adalah penyuluhan terhadap sasaran dilaksanakan secara lisan. Hasil berdasarkan hasil pelaksanaan pengabdian, Peserta dalam kegiatan ini adalah ibu nifas yang berkunjung di Praktek Bidan Mandiri Rimenda Br Tarigan sebanyak 46 orang.

Kata Kunci: Pijat Oksitosin, Ibu Nifas, Pemberdayaan Suami

PENDAHULUAN

Program Millenium Development Goals(MDG's) yang terdiri dari delapan pokok bahasan yaitu pemberantasan kemiskinan dan kelaparan ekstrim, pemerataan malaria dan penyakit lainnya, menjamin daya dukung lingkungan hidup dan mengembangkan kemitraan global untuk pembangunan. Target MDG's ke 4 adalah menurunkan angka kematian bayi dan balita.

Penyebab utama kematian bayi dan balita adalah diare dan pneumonia, lebih dari 50 % kematian bayi dan balita ini disebabkan oleh kurangnya gizi. Pemberian ASI secara eksklusif selama 6 bulan dan diteruskan selama 2 tahun disamping pemberian makanan pendamping ASI (MP ASI) secara adekuat terbukti sebagai salah satu intervensi efektif dapat menurunkan angka kematian bayi.

Pemberian ASI eksklusif didunia masih sangat rendah Kendala ibu tidak menyusui bayinya pada hari pertama karena adanya ketakutan ibu yang tidak memiliki cukup ASI, puting rata, payudara bengkak, abses pada payudara, puting lecet atau pecah pecah, Rasa sakit ini akan membuat seorang ibu menjadi stress.

Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks let down. Selain untuk merangsang refleks let down, manfaat pijat oksitosin yaitu memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak pada payudara (engorgement), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan

hormon oksitoin, dan mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit.

Permasalahan ASI yang tidak keluar pada hari-hari pertama kehidupan bayi seharusnya bisa diantisipasi sejak kehamilan melalui konseling laktasi. Hanya sekitar 60% masyarakat tahu informasi tentang ASI dan baru ada sekitar 40% tenaga kesehatan terlatih yang bisa memberikan konseling menyusui. Sehingga perlu adanya solusi untuk ibu yang terlanjurkhawatir dan mencegah pemberian susu formula karena masalah pemberian ASI dini yang disebabkan ASI tidak keluar di hari pertama. Persiapan payudara untuk menyusui dimulai sejak kehamilan yang ditandai dengan payudara menjadi lebih besar seiring dengan meningkatnya jumlah dan ukuran kelenjar alveoli sebagai hasil dari peningkatan kadar hormon estrogen. Hal ini terjadi sampai seorang bayi telah disusui untuk beberapa hari dimana produksi susu yang sebenarnya dimulai. Dalam beberapa hari pertama payudara mengeluarkan kolostrum yang sangat penting bagi kesehatan bayi. Payudara menghasilkan ASI dimulai ketika bayi mulai menyusui pada puting susu dan hasil rangsangan fisik menyebabkan impuls pada ujung saraf yang selanjutnya dikirim ke hypothalamusdi otak yang secara bergantian memberitahu kelenjar pituitarydi otak untuk menghasilkan hormon oksitosin dan prolactin.

Tujuan dalam kegiatan ini adalah meningkatkan Pemberdayaan Suami Dalam Melakukan Pijat Oksitosin

Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas Di Praktek Bidan Mandiri Rimenda Br Tarigan Kecamatan Medan Denai Tahun 2024

METODE

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini berdasarkan hasil kerjasama dari pihak terkait antara Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Mitra Husada Medandan Praktek Bidan Mandiri Rimenda Br Tarigan. Tujuan pelibatan mitra yaitu untuk melakukan meningkatkan Pemberdayaan Suami Dalam Melakukan Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas Di Praktek Bidan Mandiri Rimenda Br Tarigan Kecamatan Medan Denai merupakan lingkungan yang digunakan mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan.

Pada kegiatan ini dilaksanakan penyuluhan terhadap sasaran dilaksanakan secara lisan Sasaran kegiatan ini adalah seluruh ibu nifas di Praktek Bidan Mandiri Rimenda Br Tarigan Kecamatan Medan Denai. Waktu pelaksanaan pada bulan Mei 2023.

Tempat pelaksanaan kegiatan di Praktek Bidan Mandiri Rimenda Br Tarigan Kecamatan Medan Denai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Peningkatan Pemberdayaan Suami Dalam Melakukan Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas Di Praktek Bidan Mandiri Rimenda Br Tarigan Kecamatan Medan Denai. Tahapan Pelaksanaan kegiatan pengabdian adalah sebagai berikut:

1. Persiapan Pengabdian.
 - a. Survey lokasi pengabdian melalui kunjungan Praktek Bidan Mandiri Rimenda Br Tarigan Kecamatan Medan Denaib.
 - b. Permohonan izin kegiatan ke Praktek Bidan Mandiri Rimenda Br Tarigan Kecamatan Medan Denaic.
 - c. Persiapan materi yang akan disampaikan pada saat pengabdiand.
 - d. Persiapan ruangan diPraktek Bidan Mandiri Rimenda Br Tarigan Kecamatan Medan Denai
2. Pelaksanaan Pengabdiana.
 - a. Pembukaan Pengabdian diawali dengan acara pembukaan dan perkenalan pelaksana pengabdian.
 - b. Penyampaian materi/Penyuluhanc.
 - c. Diskusi/Tanya Jawabd.
 - d. Melakukan kegiatan pengabdian secara langsung kepada anggota Praktek Bidan Mandiri Rimenda Br Tarigan Kecamatan Medan Denaiyang dilakukan secara langsung oleh Dosen dan mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Mitra Husada Medan dan pengurus serta ibu nifasyang ada di Praktek Bidan Mandiri Rimenda Br Tarigan Kecamatan Medan

KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Mitra Husada Medan dalam melakukan Peningkatan Pemberdayaan Suami Dalam Melakukan Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas Di Praktek Bidan Mandiri Rimenda Br Tarigan Kecamatan Medan Denai.

REFERENSI

- Astutik, R. Y. (2014). Payudara dan laktasi. Jakarta: Salemba Medika.
- Bobak, I. M., Lowdermilk, D. I., & Jensen, M. D. (1995). Buku ajar keperawatan maternitas (Maternity nursing) (4th ed.; M. A. Wijayarti & P. Anugerah, Trans.). Jakarta: EGC. (Original work published 1995)
- Heryani, R. (2017). Asuhan kebidanan ibu nifas dan menyusui. Jakarta: Trans Info Media.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (n.d.). Profil kesehatan RI tahun 2016. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lilies Wijayanti. (2015). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI. Yogyakarta: Stikes Aisyiyah Yogyakarta.
- Maita, L. (2016). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI. Retrieved February 16, 2021, from <http://www.forikes-ejournal.com>
- Nadiah, L. (2015). Pengaruh pijat oksitosin terhadap tanda kecukupan ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Ngoresan. Retrieved February 18, 2021, from <http://www.digilib.uns.ac.id>
- Notoatmodjo, S. (2015). Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, T., & Nurrezeki, D. W. (2014). Buku ajar asuhan kebidanan nifas (Askeb 3). Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kumutha, Aruna dan Poongodi. 2014. Effectiveness of progressive muscle relaxation technique on stress and blood pressure among elderly with hypertension, *IOSR Journal of Nursing and Health Science (IOSR-JNHS)*, vol. 3, issue 4, p. 1-6.
- Kusniawati A. 2017. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Rajawali Sport. Jakarta.
- Martt RS. 2015. *Principle Of Nutritional and Assesment*. Oxford University Press. New York.
- Syahmara. 2015. Pengaruh pemberian multi gizi mikro terhadap hematokrit, leukosit dan trombosit pada wanita prakonsepsi di Kota Medan. (Thesis). Universitas Sumatera Utara. Medan.
- Rasyid SR, Bhatta J, Timilsina DP. 2016. Factors associated with nutritional status of women of reproductive age group in rural, India. *Asian fasific journal of health sciences*. vol 4 (4): 19 – 24
- WHO. 2018. Key strategies for promotion of bresfeeding: facts and figures. World Health Organization Western Pasific Region. <http://www.wpro.who.int/inter-net/resources.ashx/NUT/Global+Facts+and+Figures.pdf> [diakses 9 April 2018]