

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Upaya Pendampingan Pijat Laktasi Pada Ibu Nifas Terhadap Bayi Usia 0-6 Bulan Di Desa Topoyo

Dewi Parwati¹, Susanti², Kiki Uniatri Thalib³, Andi Kamal M Sallo⁴

^{1,2,3} Program Studi D III Kebidanan, Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah Mamuju

⁴ Program Studi D III Keperawatan, Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah Mamuju

ABSTRACT

Lactation massage is an action to help produce more breast milk and prevent swelling of the breasts during the breastfeeding process. Breast milk production can be influenced by two factors, namely production and expenditure. This PkM aims to determine whether or not there is an effect of lactation massage on breast milk production in post partum mothers and Exclusive Breastfeeding guarantees the fulfillment of the baby's right to receive exclusive breastfeeding from birth until 6 months of age by paying attention to its growth and development. Some mothers may have difficulty expressing breast milk because more mothers are influenced by myths so that mothers are not sure they can give breast milk to their babies. The role of the midwife here is as implementer, manager, educator, researcher, empowerer and advocate. One of the midwives' roles during the postpartum period is to make home visits at least 3 times to monitor the condition of the mother and baby after giving birth and ensure that the baby is given exclusive breast milk. Apart from making home visits, the midwife's role is also to provide counseling, counseling and outreach regarding proper breast care through lactation massage. The target of the program that will be carried out is to improve the health of mothers and babies by providing outreach about lactation massage to facilitate breast milk production. The resulting program output is an increase in the health status of mothers and babies.

Keywords: Mentoring Efforts, Lactation Massage, Postpartum Mothers, Babies Aged 0-6 Months, Topoyo Village

ABSTRAK

Pijat laktasi merupakan suatu tindakan untuk membantu pengeluaran ASI lebih banyak dan mencegah pembengkakan pada payudara selama proses menyusui. Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. PkM ini bertujuan untuk

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

mengetahui ada tidaknya pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu post partum dan ASI Eksklusif menjamin pemenuhan hak bayi untuk mendapatkan ASI eksklusif sejak lahir sampai batas berusia 6 bulan dengan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangannya. Ada sebagian ibu mungkin saja terjadi kesulitan pengeluaran ASI karena lebih banyak ibu terpengaruh mitos sehingga ibu tidak yakin bisa memberikan ASI kepada bayinya. Peran bidan disini adalah sebagai pelaksana, pengelola, pendidik, peneliti, pemberdaya, dan advokasi. Salah satu peran bidan pada saat masa nifas adalah melakukan kunjungan rumah minimal 3 kali untuk memantau kondisi ibu dan bayi setelah melahirkan dan memastikan bayi diberikan ASI secara eksklusif. Selain melakukan kunjungan rumah, peran bidan juga memberikan konseling, penyuluhan dan sosialisasi mengenai perawatan payudara yang benar melalui pijat laktasi. Target program yang akan dilakukan untuk meningkatkan kesehatan ibu dan bayi dengan memberikan sosialisasi tentang pijat laktasi untuk memperlancar produksi ASI. Luaran program yang dihasilkan adalah meningkatnya derajat kesehatan ibu dan bayi.

Kata Kunci: Upaya Pendampingan, Pijat Laktasi, Ibu Nifas, Bayi Usia 0-6 Bula, Desa Topoyo

Korespondensi : Dewi Parwati
Email : parwatidewi227@gmail.com

I. PENDAHULUAN

Pijat laktasi merupakan suatu tindakan untuk membantu pengeluaran ASI lebih banyak dan mencegah pembengkakan pada payudara selama proses menyusui. Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin, sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Beberapa faktor yang mempengaruhi produksi ASI yaitu perilaku menyusui, ibu yang bekerja, psikologis ibu, fisiologis ibu, sosial cultural ibu dan bayi, berat badan lahir bayi. Salah satu cara meningkatkan produksi ASI, salah satunya adalah dengan melakukan pemijatan laktasi (Nurqalbi,dkk 2019).

Menurut data World Health Organization (WHO) pada tahun 2014 angka kematian ibu (AKI) di dunia yaitu 289.000 jiwa. Beberapa negara memiliki AKI cukup tinggi seperti afrika sub-saharan 179.000 jiwa, Asia selatan 69.000 jiwa, dan Asia Tenggara 16.000 jiwa. Angka

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

kematian ibu di negara-negara Asia Tenggara yaitu Indonesia 190 per 100.000 kelahiran hidup, Thailand 26 per 100.000 kelahiran hidup, Brunei 27 per 100.000 kelahiran hidup, dan Malaysia 29 per 100.000 kelahiran hidup.

Angka kematian ibu di Sulawesi selatan tahun 2014, jumlah kematian ibu yang dilaporkan menjadi 138 orang atau 93,20 per 100.000 kelahiran hidup, terdiri dari kematian ibu hamil 15 orang (10,86%), kematian ibu bersalin 54 orang (39,13%), kematian ibu nifas 69 orang (50,00%). Adapun kematian ibu menurut umur yaitu < 20 tahun sebanyak 14 orang, umur 20-34 tahun sebanyak 87 orang dan >35 tahun sebanyak 37 orang (profil kesehatan provinsi Sulawesi Selatan, 2014).

Salah satu upaya yang dilakukan oleh ibu untuk menunjang keberhasilan menyusui disebut manajemen laktasi, yang dimulai pada masa kehamilan, setelah persalinan, dan masa menyusui bayi. Pada ibu bekerja ruang lingkup manajemen laktasi periode postnatal meliputi ASI eksklusif, cara menyusui, memeras ASI, menyimpan ASI peras, dan memberikan ASI peras.

Faktor yang mempengaruhi produksi ASI pada ibu menyusui diantaranya asupan nutrisi yang mendukung produksi ASI, pemijatan laktasi, dan faktor psikologis yang baik bagi ibu menyusui (Hartono, 2016).

Menyusui merupakan suatu cara yang tidak ada duanya dalam memberikan makanan ideal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat. Selain itu, mempunyai pengaruh biologis serta kejiwaan yang unik terhadap kesehatan ibu dan bayi. Zat-zat anti-infeksi yang terkandung dalam ASI membantu melindungi bayi terhadap penyakit. Namun, menyusui tidak selamanya dapat berjalan dengan normal. Tidak sedikit ibu akan mengeluh seperti adanya pembengkakan payudara akibat penumpukan ASI karena pengeluaran yang tidak lancar atau pengisapan oleh bayi. Oleh karena itu, untuk menghindari agar kondisi semacam ini tidak terjadi maka diperlukan tindakan pijat laktasi (Maryunani, 2015).

Kondisi inilah yang menjadi perhatian TIM PkM, untuk memberikan sosialisasi dan pendampingan Pijat Laktasi Pada Ibu Nifas melalui Pengabdian Masyarakat. Dengan pemberian sosialisasi dan pendampingan tentang pijat laktasi pada ibu nifas yang memiliki bayi usia 0 sampai 6 bulan diharapkan mampu mengatasi segala permasalahan dalam proses menyusui yang sering terjadi pada ibu. Kegiatan ini sebagai solusi dalam mengatasi berbagai

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

macam permasalahan dalam menyusui yang berupa sosialisasi.

II. METODE

Metode Pengabdian Masyarakat yang digunakan adalah dengan tindakan dilakukan pemijatan dan tidak dilakukan pemijatan. Dan bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu post partum. Pelaksanaan kegiatan sosialisasi pijat laktasi pada ibu nifas di Desa Topoyo sebagai salah satu upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu nifas serta diharapkan mampu meningkatkan derajat kesehatan pada ibu maupun bayinya. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat meliputi pembinaan kepada ibu nifas melalui sosialisasi. Pelaksanaan pembinaan kesehatan berupa sosialisasi kepada ibu nifas dilakukan oleh dosen pada peserta di Desa Topoyo.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilakukan dengan pembinaan kesehatan tentang pijat laktasi melalui sosialisasi dan pendampingan langsung yang diikuti oleh 18 orang ibu nifas yang memiliki bayi usia 0 sampai 6 bulan. Kegiatan ini dilaksanakan dengan memberikan sosialisasi tentang pijat laktasi untuk membantu memperlancar proses pengeluaran ASI dan mencegah bengkak pada payudara. Sosialisasi diakhiri dengan tanya jawab dan diskusi tentang pijat laktasi.

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, ibu nifas diajarkan bagaimana cara melakukan perawatan payudara untuk memperbanyak produksi ASI dengan pijat laktasi. Pijatan atau rangsangan pada tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hypothalamus di hypofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Pijatan di daerah tulang belakang ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan begitu hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran air susu ibu, dibantu dengan isapan bayi pada puting susu pada saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal.

Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan terhadap responden. Informasi dan pendidikan kesehatan ini diberikan untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai cara melakukan pijat laktasi untuk memperbanyak ASI, sehingga

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

ibu bisa memberikan ASI secara eksklusif. Sebagian besar ibu nifas memiliki tingkat pengetahuan tentang metode perawatan payudara dengan baik.

Setelah diberikan pendidikan kesehatan oleh pemateri, terlihat adanya peningkatan pemahaman oleh ibu nifas. Selain mengenai perawatan payudara, ibu nifas juga mengerti dan dapat melakukan pijat laktasi. Upaya yang bisa dilakukan oleh ibu dalam menunjang keberhasilan menyusui adalah dengan manajemen laktasi, dimana dimulai dari masa kehamilan, setelah bersalin dan selama masa nifas. Pada ibu yang bekerja ruang lingkup manajemen laktasi periode postnatal meliputi ASI eksklusif, cara menyusui, cara pemerahan ASI dengan benar, menyimpan ASI perah, dan bagaimana cara memberikan ASI. Banyak faktor yang mempengaruhi produksi ASI diantaranya asupan nutrisi yang mendukung produksi ASI, pijat laktasi, serta faktor psikologis yang baik pada ibu menyusui (Hartono,2016).

IV. KESIMPULAN

Pemberian sosialisasi pijat laktasi pada ibu nifas mampu meningkatkan pengetahuan dan skill ibu dalam proses menyusui sehingga para ibu dapat memberikan ASI sampai bayinya berusia 6 bulan dan di lanjutkan kembali sampai usia 2 tahun. Kegiatan sosialisasi pijat laktasi pada ibu nifas ini hendaknya dilanjutkan kedepannya dengan sasaran seluruh ibu nifas yang ada di Desa Topoyo Mamuju yang memiliki bayi usia 0 sampai 6 bulan sehingga informasi terkait tentang pijat laktasi dapat diterima secara menyeluruh.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Kepala Desa Topoyo beserta perangkat desa yang sudah memfasilitasi kegiatan PkM ini dan semua pihak yang sudah membantu dalam hal ini Tokoh Masyarakat, Tokoh Agama, Babinsa sebagai keamanan dan Bapak Ketua dan segenap civitas akademika Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah Mamuju yang telah mendukung dalam kegiatan PkM.

DAFTAR PUSTAKA

Catur Setyaningrum, Agustina. (2018). Pengaruh Pijat terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum Primipara Di Kota Semarang. Jurnal Kebidanan. Vol. 8. No.1. p-ISSN. 2089- 7669, e-ISSN 2621-2870.

Hartono. (2016). Massase Endorphine Terhadap Volume ASI Pada Ibu Post Partum. Jurnal Page | 90

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

- Kebidanan, 209-215.
- Maryunani, A. (2015). IMD, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi. CV. Trans Info Media, Jakarta.
- Nasiroh, Umy. (2017). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Primipara. Jombang
- Nurqalbi, Jumrah, Rahayu E. (2019). Efektivitas Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di BPM Suryanti. (skripsi). Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Megarezky.
- Hilmiah, H., Qamarya, N., Masdarwati, M., Akib, A., Kadir, E., Rukinah, R., & Rahmat, R. A. (2023). Factors Related to The Event Anemia in Pregnant Women Who Visit at the Andalas Health Center Makassar City. *International Journal of Health Sciences*, 1(2), 150–155. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v1i2.77>
- Lira, A., Pannyiwi, R., Sima, Y., kurniawati, K., & Rahmat, R. A. (2022). PKM Donor Darah. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 1–4. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v1i1.3>
- Masdarwati, M., Kadir, E., Serli, S., Ruben, S. D., Pannyiwi, R., & Rante, A. (2023). Penyuluhan Tentang Makanan Pendamping Asi Dengan Status Gizi Balita. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 40–42. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v1i2.28>
- Mousa A, Naqash A, Lim S. Macronutrient and micronutrient intake during pregnancy: An overview of recent evidence. *Nutrients*. 2019;11(2):1–20.
- Misroh mulianingsih, Misroh Mulianingsih. “Factors Affecting Anemia Status in Adolescent Girls.” *Journal of Health Education* 6, no. 1 (2021): 27–33.
- Manuntungi, A. E. (2022). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menyusun Tugas Akhir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Institut Kesehatan Dan Bisnis St. Fatimah Mamuju. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 123. <https://doi.org/10.59585/bajik.v1i1.274>
- Nurfatimah, N., Fiarsi, L., Longgupa, L. W., & Ramadhan, K. (2020). Pengetahuan dan Sikap Tentang Tanda Bahaya Dalam Kehamilan Serta Keaktifan Ibu Dalam Kelas Ibu Hamil. *Jurnal Sehat Mandiri*, 15(1), 52–61.
- Naim, H., Mahendika, D., Afifah Harahap, N., Prabu Aji, S., Batubara, A., Yunita, L., & Pannyiwi, R. (2023). The Relationship between Maternal Knowledge of Complementary Foods with the Nutritional Status of Toddlers. *International Journal of Health Sciences*, 1(1), 20–25. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v1i1.47>
- Ocak, Seda, Onder Kilicaslan, Zeynep Yildiz Yildirmak, and Nafiye Urganci. “Adolescents and Anemia.” *Sisli Etfal Hastanesi Tip Bulteni / The Medical Bulletin of Sisli Hospital*, no. 4 (2017): 309–17.
- Patricia Miranda Farias GM, Santana LF, Almeida EB de, Guimarães R de CA, Pott A, Hiane PA, et al. Minerals in Pregnancy and Their Impact on Child Growth and Development *Patricia. Molecules*. 2020;25(23):5630. Liu C, Zhao G, Qiao D, Wang L, He Y, Zhao

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

- M, et.al. Emerging Progress in Nausea and Vomiting of Pregnancy and Hyperemesis Gravidarum: Challenges and Opportunities. *Front Med.* 2022;8(January):1–17.
- Putri SI, Yunita A. Food taboos with socioeconomic status during pregnancy in West Kalimantan, Indonesia. *2020;12: 219–31.* 2020;12: 219–31.
- Rosdiana, R., Saide, R., Pannyiwi, R., Malaha, N., & M, S. (2023). Penyuluhan Kesehatan Tentang Pentingnya Imunisasi Di Puskesmas Antang Kota Makassar. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2 (1), 129 – 136. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v2i1.254>
- Susanti, S. (2023). Metode Kangaroo Mother Care (KMC) Pada Bayi Prematur. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(2), 174–182. <https://doi.org/10.59585/bajik.v1i2.157>
- Thalib, K. U. (2022). Edukasi Persiapan Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Kalumpang Mamuju. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 37–44. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v1i1.270>

Buku :

1. Dwi Pratiwi Kasmara. (2023). Evidence Based Dalam Praktik Kebidanan (Untuk Sarjana Kebidanan). No. ISBN: 978-623-09-5453-5. <https://agdosipress-book.agdosi.com/index.php/EBPA/catalog/book/8>
2. Sri Wahyuni. (2024). Buku ajar dokumentasi kebidanan. No. ISBN: 978-623-09-9427-2. <https://agdosi.com/2024/02/23/buku-ajar-dokumentasi-kebidanan/>
3. Ali Imran ; Dr. A. Nursinah ; Verawati ; Rusnita. (2024). Buku Ajar KOMUNIKASI KESEHATAN (Kunci Sukses Administrasi Rumah Sakit). No. ISBN: 978-623-10-0088-0. <https://agdosi.com/2024/04/04/buku-ajar-komunikasi-kesehatan-kunci-sukses-administrasi-rumah-sakit/>
4. Nurul Qamarya, Dr. Simona Christina Henderika Litaay, Sulfiani Sulfiani, Abdul Rivai Saleh Dunggio, Dra. Rita Rena Pudyastuti, Dr. Rahmat Pannyiwi, Desman Serious Nazara, Dr. A. Nursinah, Fatmawaty Rumra, Dr. dr. Elsa Yuniarti, Anshar Rante, Dr. Abu Bakar Bhetan, Auliya Citra, M. Atik Martsiningsih, Dr. Nur Aida Kubangun, Dr. Zaenal. (2023). Narkobaku Di Sidenreng Rappang: Jejaring Peredaran Narkoba. <https://agdosipress-book.agdosi.com/index.php/EBPA/catalog/book/2>