

PENGUATAN PROGRAM ASI EKSKLUSIF DAN PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PEMBERIAN INFORMASI DAN PELATIHAN PIJAT OKSITOSIN BAGI IBU HAMIL DI DESA PANJI, KABUPATEN BULELENG

Putu Irma Pratiwi¹, Ni Nyoman Ayu Desy Sekarini², Irma Nurma Linda³, Anjar Tri Astuti⁴, Made Ririn Sri Wulandari⁵, Shofi Khaqul Ilmy⁶, Made Bayu Oka Widiarta⁷, Made Anggita Abdi Jayanti⁸ Ni Luh Erly Lionita⁹

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9}Universitas Pendidikan Ganesha

E-mail: irma.pratiwi@undiksha.ac.id

Abstrak: WHO merekomendasikan ASI eksklusif sebagai satu-satunya sumber nutrisi untuk bayi hingga usia 6 tahun. ASI eksklusif menjadi salah satu faktor penting dalam menurunkan tingkat kematian bayi. Peningkatan jumlah ibu yang menyusui dapat menyelamatkan 820.000 anak di bawah usia lima tahun, termasuk 87% bayi berusia enam bulan. Meskipun demikian, angka pemberian ASI secara keseluruhan masih di bawah target yang ditetapkan secara internasional. Mencapai target dalam pemberian ASI sulit dilakukan karena terganggunya proses pemberian ASI. Kekurangan dan ketidaklancaran produksi ASI dapat mengakibatkan pasokan ASI yang tidak mencukupi bagi bayi. Tujuan dilakukannya kegiatan ini untuk Penguatan Program ASI Eksklusif Dan Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Informasi Dan Pelatihan Pijat Oksitosin Bagi Ibu Hamil Di Desa Panji, Kabupaten Buleleng. Metode Metode kegiatan ini adalah pelatihan terhadap 15 ibu hamil di desa panji. Pelatihan dimulai dari pretest, penyampaian materi, praktek pijat oksitosin, diakhiri dengan posttest. Hasil Hasil pengabdian ini didapatkan peningkatan pengetahuan dari awalnya tidak ada pada kategori pengetahuan baik (0%) menjadi 80% memiliki pengetahuan baik diakhir pelatihan serta seluruh ibu hamil mau dan mampu melakukan pijat oksitosin. Pembahasan hasil pengabdian ini mendukung terwujudnya program ASI Eksklusif guna mencegah terjadinya stunting sehingga dapat menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas di desa tersebut.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, Pijat Oksitosin, Pelatihan, Ibu Hamil

Pendahuluan

Pelaksanaan ASI eksklusif di negara-negara berkembang telah berhasil menyelamatkan sekitar 1,5 juta bayi setiap tahunnya. Oleh karena itu, WHO merekomendasikan ASI eksklusif sebagai satu-satunya sumber nutrisi untuk bayi hingga usia 6 tahun. ASI eksklusif menjadi salah satu faktor penting dalam menurunkan tingkat kematian bayi. Peningkatan jumlah ibu yang menyusui dapat menyelamatkan 820.000 anak di bawah usia lima tahun, termasuk 87% bayi berusia enam bulan. Hal ini mencerminkan 13% dari angka kematian anak setiap tahun. Meskipun demikian, angka pemberian ASI secara keseluruhan masih di bawah target yang ditetapkan secara internasional (Bellù and Condò, 2017; Unicef WHO World Bank Group, 2017).

WHO menyampaikan data pada tahun 2016, yang menunjukkan bahwa rata-rata pemberian ASI eksklusif di seluruh dunia hanya sekitar 38%. Selain itu, hanya 54,5% bayi Indonesia berusia 0–6 bulan yang mendapat ASI eksklusif, sementara targetnya adalah 80%. Di Indonesia, Provinsi Bali pemberian ASI eksklusif pada tahun 2017 dengan 59,7%, sementara di Kabupaten Buleleng memiliki pencapaian dengan 69,2,3% yang belum mencapai target (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2018; Kementerian Kesehatan Indonesia, 2016).

Mencapai target dalam pemberian ASI sulit dilakukan karena terganggunya proses pemberian ASI, bisa terganggu oleh produksi ASI itu sendiri. Kekurangan dan ketidaklancaran produksi ASI dapat mengakibatkan pasokan ASI yang tidak mencukupi bagi bayi. Faktor-faktor yang memengaruhi produksi ASI meliputi produksi dan pelepasan. Jika ibu memiliki pikiran, kecemasan, stres, dan keraguan dapat menekan refleks oksitosin sehingga menghambat pelepasan ASI. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin, sementara pelepasannya dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Oksitosin dilepaskan melalui rangsangan pada puting susu, yang muncul akibat isapan bayi pada payudara ibu dan pijatan pada bagian punggung. Hal ini membuat ibu merasa rileks dan tenang, memungkinkan pelepasan oksitosin dan produksi ASI yang cepat. Oleh karena itu, salah satu cara untuk menjaga kadar hormon oksitosin adalah dengan memberikan pijatan punggung agar ibu merasa nyaman dan rileks (Barirah et al., 2017; Faridah Hanum et al., 2016; Latifah et al., n.d.; Nurhanifah, 2015; Ulfah, 2013)

Pijatan oksitosin adalah jenis pijatan yang dilakukan setelah persalinan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin. Pijatan ini dilakukan pada bagian tulang belakang, dimulai dari tulang belakang serviks hingga tulang belakang torakal dua belas. Tujuan dari pijatan oksitosin adalah untuk meningkatkan kadar hormon oksitosin dan membantu ibu merasa rileks setelah pijatan. Selain itu, pijatan oksitosin juga dapat meningkatkan produksi dan kelancaran pengeluaran ASI dengan mengurangi kemungkinan tersumbatnya saluran produksi ASI. Pijat oksitosin dapat dilakukan dengan gerakan yang sederhana sehingga mudah diingat oleh anggota keluarga dan tidak memakan waktu lama (Asih, 2017; Latifah et al., n.d.).

Hasil wawancara terhadap 10 ibu hamil di Desa Panji, Kabupaten Buleleng, menunjukkan bahwa 6 dari mereka belum memahami tentang cara melakukan pijat oksitosin, sedangkan 4 ibu lainnya pernah mendengar tentang pijat oksitosin dari bidan namun belum pernah mencobanya. Berdasarkan temuan ini, kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Panji, Kabupaten Buleleng dianggap penting dan bertujuan untuk memberikan informasi dan pelatihan tentang pijat oksitosin kepada ibu hamil agar mereka dapat mempersiapkan dengan baik kegiatan menyusui dimulai dari selama masa kehamilan.

Metode

Metode kegiatan dalam program pengabdian kepada masyarakat ini adalah pelatihan. Pelatihan an diberikan kepada 15 ibu hamil di Desa Panji. Pelatihan dilaksanakan dalam satu hari, diikuti dengan sesi pendampingan. Tahap persiapan dimulai dengan pertemuan antara tim pengabdian kepada masyarakat dengan Perbekel Desa Panji untuk menjelaskan maksud,

tujuan, serta memperoleh izin pelaksanaan kegiatan. Setelah mendapatkan izin, tim bertemu dengan bidan desa untuk mengumpulkan data ibu hamil, menentukan tanggal pelaksanaan kegiatan dan metode kegiatan, serta sasaran kegiatan. Pada tahap ini juga dilakukan peninjauan tempat pelatihan dan pendampingan serta persiapan sarana dan prasarana. Peserta pelatihan dan pendampingan serta aparat desa diundang sesuai jadwal yang telah disepakati.

Tahap pertama pelatihan dimulai dengan pretest untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu hamil tentang ASI Eksklusif dan pijat oksitosin. Pretest dilakukan dengan memberikan kuesioner berisi 10 pertanyaan tertutup dengan waktu 15 menit untuk menjawabnya.



Gambar 1. Pemberian Materi Pelatihan

Pada tahap kedua pelatihan, tim pengabdian menyampaikan materi tentang ASI Eksklusif dan Pijat Oksitosin. Penyampaian materi kepada ibu hamil diikuti dengan kegiatan praktik pijat oksitosin dimana tim pengabdian didampingi ibu hamil saat kegiatan pelatihan.



Gambar 2. Pemberian Pelatihan Pijat Oksitosin

Tahap ketiga adalah posttest untuk menilai pemahaman materi ASI Eksklusif dan Pijat Oksitosin yang telah disampaikan. Peserta akan menjawab kuesioner posttest yang terdiri dari 10 pertanyaan tertutup, dengan waktu 15 menit. Selain itu, peserta juga akan dinilai

kemampuannya dalam melakukan pijat oksitosin melalui lembar observasi.

Hasil

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul "Penguatan Program ASI Eksklusif dan Pencegahan Stunting melalui Pemberian Informasi dan Pelatihan Pijat Oksitosin bagi Ibu Hamil di Desa Panji, Kabupaten Buleleng" yang dilaksanakan pada 18 September 2023 di Kantor Perbekel Desa Panji, Kabupaten Buleleng.

Acara ini dibuka oleh Perbekel Desa Panji, didampingi oleh bidan desa Panji. Dalam sambutannya, Perbekel Desa Panji menyatakan apresiasinya terhadap kegiatan pengabdian ini karena relevansinya dengan masalah yang menjadi prioritas pemerintah. Harapannya, setelah mendapatkan pelatihan ini, diharapkan jumlah ibu yang memberikan ASI eksklusif kepada bayi mereka meningkat secara signifikan, sehingga dapat berkontribusi dalam menurunkan angka kematian bayi serta mencegah stunting.

Kegiatan dimulai dengan penjelasan dari tim pengabdian mengenai maksud, tujuan, dan mekanisme pelatihan kepada peserta pengabdian, yaitu ibu hamil. Selanjutnya, kegiatan ini dimulai dengan memberikan kuesioner pretest kepada ibu hamil. Pretest terdiri dari sepuluh pertanyaan tertutup tentang pengetahuan mereka terkait ASI Eksklusif dan Pijat Oksitosin. Waktu yang diberikan untuk menjawab pretest adalah 10 menit. Kuesioner terdiri dari dua bagian, yaitu karakteristik responden dan pertanyaan terkait ASI Eksklusif dan Pijat Oksitosin. Karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 1.0

Tabel 1. Karakteristik Ibu Hamil Desa Panji

No	Karakteristik Ibu Hamil Desa Panji	Jumlah (n=15)	Persentase (%)
1.	Umur (Tahun)		
	20-35	12	80
	36-50	3	20
2.	Pendidikan		
	Pendidikan Dasar	1	6,67
	Pendidikan Menengah	12	80
	Pendidikan Tinggi	2	13,33
3.	Pekerjaan		
	Karyawan Swasta	8	53,33
	Wiraswata	2	13,33
	Ibu Rumah Tangga	5	33,34

Sumber: data primer, 2023

Pada tabel 1 data karakteristik responden pada bagian umur, didapatkan hasil bahwa mayoritas responden berada pada rentang umur 20-35 tahun yaitu sebanyak 12 orang (80%). Mayoritas ibu hamil menamatkan pendidikan menengah yaitu sebanyak 12 orang (80%). Berdasarkan karakteristik pekerjaan paling banyak ibu balita yang bekerja sebagai karyawan swasta yaitu 8 orang (53,33%).

Gambaran tingkat pengetahuan ibu hamil pada hasil pretest dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil Pretest Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Desa Panji

Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Desa Panji	Jumlah (n=15)	Persentase (%)
Baik	0	0
Cukup	6	40
Kurang	9	60

Sumber: data primer, 2023

Pada tabel 2 Gambaran tingkat pengetahuan ibu hamil desa panji pada hasil pretest didapatkan bahwa mayoritas berada pada kategori kurang yaitu sebanyak 9 orang (60 %).

Setelah mengerjakan pretest, peserta pelatihan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilanjutkan dengan pemaparan mengenai ASI Eksklusif dan Pijat Oksitosin oleh ketua pengabdian menggunakan menggunakan media powerpoint, selanjutnya dilakukan praktek langsung untuk cara pemijatan oksitosin. Pada kesempatan ini ibu hamil mencoba mempraktekan pijat oksitosin

Hasil dari pelatihan terhadap kemampuan ibu hamil untuk melakukan pijat oksitosin dapat dilihat pada tabel 3

Tabel 3 Kemampuan ibu hamil dalam Melakukan Pijat Oksitosin

Kemampuan ibu hamil melakukan Pijat Oksitosin	Jumlah (n=15)	Persentase (%)
Mampu	15	100
Tidak Mampu	0	0

Sumber: data primer, 2023

Berdasarkan data tabel 3 didapatkan hasil bahwa seluruh ibu hamil (100%) mampu melakukan pijat oksitosin.

Terakhir dilakukan posttest untuk menilai pemahaman ibu hamil mengenai materi pelatihan yang telah diberikan. Kuesioner yang dibagikan kepada ibu hamil oleh tim pengabdian berisi sepuluh pertanyaan tertutup mengenai ASI Eksklusif dan Pijat Oksitosin. Hasil posttest dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Hasil Posttest Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Desa Panji

Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Desa Bungkulan	Jumlah (n=30)	Persentase (%)
Baik	12	80
Cukup	3	20
Kurang	0	0

Sumber: data primer, 2023

Pada tabel 4 Gambaran tingkat pengetahuan ibu hamil pada hasil posttest didapatkan bahwa mayoritas berada pada kategori baik yaitu sebanyak 12 orang (80%).

Diskusi

Berdasarkan pelatihan terhadap ibu hamil yang dilakukan di desa panji dalam rangka kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul Penguatan Program ASI Eksklusif dan Pencegahan Stunting melalui Pemberian Informasi dan Pelatihan Pijat Oksitosin bagi Ibu Hamil di Desa Panji, Kabupaten Buleleng didapatkan hasil terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai ASI Eksklusif dan cara melakukan pijat oksitosin dari hasil pretest yang mayoritas hasilnya berada pada kategori kurang yaitu sebanyak 9 orang (60 %) menjadi mayoritas berada pada kategori baik yaitu sebanyak 12 orang (80%).

Hal ini didukung dengan hasil penelitian dari Pawestri (2023) yang menyatakan Pengetahuan dan keterampilan Kader Kesehatan mengalami peningkatan setelah mengikuti pelatihan manajemen penatalaksanaan ASI Eksklusif menggunakan metode pijat oksitosin, pijat endorphin, dan pemberian nutrisi kepada ibu menyusui, dengan tingkat signifikansi kurang dari 0,05 pada tingkat kepercayaan 95%. Terdapat dampak yang signifikan dari pelatihan manajemen penatalaksanaan ASI Eksklusif menggunakan metode pijat oksitosin, pijat endorphin, dan pemberian nutrisi kepada ibu menyusui terhadap peningkatan pengetahuan Kader Kesehatan, dengan nilai p pada angka 0,000 (Pawestri et al., 2023)

Hasil pengabdian ini juga sejalan dengan pengabdian yang dilakukan oleh Aryani dengan hasil kegiatan setelah post-test, pengetahuan kader tentang pijat oksitosin mengalami peningkatan secara signifikan, dengan nilai rata-rata pada kelompok A meningkat dari 53,9 menjadi 86,09, dan pada kelompok B meningkat dari 50,43 menjadi 86,52. Sementara itu, keterampilan kader dalam melakukan teknik pijat oksitosin juga mengalami peningkatan pada observasi pertama, dengan nilai pada kelompok A sebesar 88,58 dan kelompok B sebesar 88,03. Pada observasi kedua, 100% kader sudah mampu melaksanakannya dengan baik (Aryani et al., 2021)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hafsah pada tahun 2023 yang melakukan pelatihan bagi pendamping ibu nifas di PMB Salabiyah, Kecamatan Banda Sakti, Kota Lhokseumawe, menunjukkan bahwa analisis pengetahuan menunjukkan peningkatan secara keseluruhan pada 25 peserta. Secara statistik, terdapat pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan para pendamping ibu nifas setelah mengikuti pelatihan pijat oksitosin. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa peningkatan pengetahuan yang signifikan ini, ketika konsisten dan berkelanjutan, dapat membantu dalam memberikan pelatihan kepada para pendamping ibu nifas, seperti suami, keluarga, atau kader, untuk mendukung perubahan perilaku ibu nifas dalam memberikan ASI secara eksklusif dan melaksanakan perawatan selama masa nifas (Us et al., 2023)

Hasil pengabdian ini sejalan dengan hasil pengabdian yang dilakukan oleh Aryani tahun 2019 dengan hasil peningkatan pengetahuan dan keterampilan Bidan dalam melakukan pijat oksitosin. Terdapat peningkatan pengetahuan Bidan sebesar 53% dan keterampilan mencapai 100%. Selain itu, semua ibu bersalin sudah memberikan ASI pada bayinya (Aryani and

Alyensi, 2019).

Kesimpulan

Selama pelatihan, terjadi peningkatan pengetahuan dari kondisi awal di mana tidak ada yang termasuk dalam kategori pengetahuan baik (0%) menjadi 80% memiliki pengetahuan baik pada akhir pelatihan. Selama kegiatan pendampingan, hasilnya menunjukkan bahwa semua ibu hamil di Desa Panji mampu melakukan pijat oksitosin, yang bertujuan untuk mendukung terwujudnya program ASI Eksklusif guna mencegah terjadinya stunting sehingga dapat menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas di desa tersebut.

Pengakuan/Acknowledgements

Terimakasih kepada Tim Mahasiswa Yaitu Ogik Hilando, Paramitha, M. Sholehuddin, Dewi R dan Exyananda, LPPM Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional dan juga Dusun Langenharjo, Grogol, Sukoharjo yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan edukasi pemeriksaan pap smear pada wanita usia subur.

Daftar Referensi

- Aryani, Y., Alyensi, F., 2019. PENERAPAN PIJAT OKSITOSIN DALAM UPAYA MEMPERBANYAK PRODUKSI ASI MELALUI PELATIHAN BAGI PARA BIDAN. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 3, 361–367. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v3i2.3680>
- Aryani, Y., Alyensi, F., Fathunikhmah, F., 2021. PELATIHAN PIJAT OKSITOSIN BAGI KADER UNTUK MEMPERBANYAK PRODUKSI ASI. *EBIMA : Jurnal Edukasi Bidan Di Masyarakat* 2, 4–9. <https://doi.org/10.36929/ebima.v2i2.424>
- Asih, Y., 2017. PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS, *Jurnal Keperawatan*.
- Barirah, B., Mulyati, E., Yunita, N., 2017. The effect of combined marmet and oxytocin massage to colostrum production among section caesarean mother. In *Proceedings of the international conference on Applied Science and Health* 2, 318–324.
- Bellù, R., Condò, M., 2017. Breastfeeding promotion: evidence and problems. *La Pediatria Medica e Chirurgica* 39. <https://doi.org/10.4081/pmc.2017.156>
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2018. *Profil Kesehatan Provinsi Bali 2013-2017*. Dinas Kesehatan Provinsi Bali, Denpasar.
- Faridah Hanum, S.M., Purwanti, Y., Rohmah khumairoh, I., 2016. EFEKTIVITAS PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PRODUKSI ASI. *Midwiferia* 1, 1. <https://doi.org/10.21070/mid.v1i1.343>
- Kementerian Kesehatan Indonesia, 2016. *Profil Kesehatan Indonesia*. Kementerian Kesehatan Indonesia, Jakarta.

- Latifah, J., Wahid, A., Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat, P., Keperawatan Kritis Gawat Darurat Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat, B., Keperawatan Medikal Bedah Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran, B., n.d. Perbandingan Breast Care dan Pijat Oksitosin PERBANDINGAN BREAST CARE DAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM NORMAL.
- Nurhanifah, F., 2015. Perbedaan Efektifitas Massage Punggung Dan Kompres Hangat payudara Terhadap Peningkatan Kelancaran Produksi ASI di Desa Majang Tengah Wilayah Kerja Puskesmas Pamotan Dampit Malang. *Jurnal Keperawatan* 4, 100–108. <https://doi.org/https://doi.org/10.22219/jk.v4i2.2359>
- Pawestri, P., Rachmawati, A., Chaerani Simatupang, N., Aprilia, S., Rejeki, S., Dhamanik, R., 2023. PEMBERDAYAAN KADER DALAM MANAGEMEN PENATALAKSANAAN ASI EKSKLUSIF DENGAN PIJAT OKSITOSIN, PIJAT ENDORPIN DAN NUTRISI IBU HAMIL. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan* 5, 35–43.
- Ulfah, R.R.M., 2013. Efektivitas Pemberian Teknik Marmet Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui 0-6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember. *Repositori Universitas Jember*.
- Unicef WHO World Bank Group, 2017. Levels and trends in child malnutrition. Geneva.
- Us, H., Fitriani, A., Maayah, N., Study Kebidanan Aceh Utara, P., Kemenkes Aceh, P., 2023. PEIATIHAN PIJAT OKSITOSIN BAGI PENDAMPING IBU NIFAS DI PMB SALABIAH KECAMATAN BANDASAKTI KOTA LHOKSEUMAWE. *Community Dev J* 4.