

Perawatan Payudara Dan Pijat Oksitosin Pada Ibu Post Partum

Yessi Andriani¹, Mera Delima², dan Siti Nurhasnahⁿ

^{1,2,n}Program Studi Profesi Ners / Departemen Kep.Maternitas
STIKES Perintis Padang

Email : yessi.andriani16@gmail, meradelima@rocketmail.com²,
penulis3@Siti.Nurhasnah@gmail.com³

ABSTRAK

Bayi yang lahir cukup bulan akan memiliki naluri untuk menyusu pada ibunya di 20-30 menit setelah lahir. Itupun jika bayi tidak mengantuk akibat pengaruh obat ataupun anastesi yang diberikan kepada ibu saat proses melahirkan. Di jam-jam pertama, bayi akan relatif tenang, terjaga dan memiliki kemampuan menyusu dengan baik (Soraya, 2010). Kenyataan dilapangan menunjukkan produksi dan ejeksi ASI yang sedikit pada hari-hari pertama setelah melahirkan menjadi kendala dalam pemberian ASI secara dini. Menurut Cox (2006) disebutkan bahwa ibu yang tidak menyusui bayinya pada hari-hari pertama menyusui disebabkan oleh kecemasan dan ketakutan ibu akan kurangnya produksi ASI serta kurangnya pengetahuan ibu tentang proses menyusui. Salah Satu tindakan yang dapat dilakukan untuk menangani masalah kurang lancarnya produksi ASI yaitu melakukan perawatan payudara dan pijat oksitoksin, tindakan ini bertujuan untuk memperlancar produksi ASI. Hasil wawancara di RSUD Hanafiah Batusangkar ruang rawatan kebidanan banyak didapatkan data bahwa pasien atau ibu post partum baik primigravida ataupun multigravida tidak mengetahui cara perawatan payudara dan pijat oksitoksin untuk proses kelancaran produksi ASI serta pasien ataupun keluarga tidak mengetahui tujuan dari perawatan payudara dan pijat oksitoksin yang benar, sehingga jika pulang nanti keluarga yang lainlah yang diharapkan bisa membantu, padahal setiap Ibu post partum dan keluarga harus mampu melakukan perawatan payudara dan pijat oksitoksin. Maka dari itu tim Pengabdian melakukan kegiatan penyuluhan kesehatan dan demonstrasi tentang cara perawatan payudara dan pijat oksitoksin dengan metode ceramah dan demonstrasi. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang diharapkan adanya peningkatan pengetahuan dan kemampuan ibu post partum dan keluarga tentang perawatan payudara dan pijat oksitoksin.

Kata Kunci : ASI, Perawatan Payudara, Pijat Oksitosin

ABSTRACT

Babies born at term will have the instinct to feed their mothers 20-30 minutes after birth. Even then, if the baby is not sleepy due to the influence of drugs or anaesthesia given to the mother during the birth process. In the first hours, the baby will be relatively calm, awake and have the ability to suckle well (Soraya, 2010). The reality in the field shows that the production and ejection of ASI in the first few days after giving birth is an obstacle in early breastfeeding. According to Cox (2006) it is stated that mothers who do not breastfeed their babies in the first days of breastfeeding are caused by the anxiety and fear of the mother of the lack of milk production and the lack of mother's knowledge about the breastfeeding process. One of the actions that can be taken to deal with the problem of lack of smooth milk production, namely breast care and oxytocin massage, this action aims to facilitate the production of breast milk. The results of interviews at the Hanafiah Batusangkar Regional Hospital in midwifery care rooms obtained data that patients or postpartum mothers either primigravida or multigravida did not know how to treat breast and oxytocin massage for the smooth process of breast milk production and the patient or family did not know the purpose of breast care and oxytocin massage. , so if you come home later, it is the other family who is expected to be able to help, even though every postpartum mother and family must be able to do breast care and oxytocin massage. Therefore the Community Service team conducted health counselling activities and demonstrations on how to treat breast and oxytocin massage using lecture and demonstration methods. The results of community service activities are expected to increase anaesthesia knowledge and abilities of postpartum mothers and families about breast care and oxytocin massage.

Keywords: Breast milk, breast care, oxytocin massage

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu merupakan makanan terbaik bayi pada awal usia kehidupannya. ASI terbukti mempunyai keunggulan yang tidak dapat digantikan oleh makanan dan minuman manapun karena ASI mengandung zat gizi yang paling tepat, lengkap dan selalu menyesuaikan dengan kebutuhan bayi setiap saat (Elza, 2009).

Proses menyusui idealnya dapat segera dilakukan begitu bayi lahir. Bayi yang lahir cukup bulan akan memiliki naluri untuk menyusui pada ibunya di 20-30 menit setelah lahir. Itupun jika bayi tidak mengantuk akibat pengaruh obat ataupun anastesi yang diberikan kepada ibu saat proses melahirkan. Di jam-jam pertama, bayi akan relatif tenang, terjaga dan memiliki kemampuan menyusui dengan baik (Soraya, 2010).

Kenyataan dilapangan menunjukkan produksi dan ejeksi ASI yang sedikit pada hari-hari pertama setelah melahirkan menjadi kendala dalam pemberian ASI secara dini. Menurut Cox (2006) disebutkan bahwa ibu yang tidak menyusui bayinya pada hari-hari pertama menyusui disebabkan oleh kecemasan dan ketakutan ibu akan kurangnya produksi ASI serta kurangnya pengetahuan ibu tentang proses menyusui.

Menyusui dini di jam-jam pertama kelahiran jika tidak dapat dilakukan akan menyebabkan proses menyusui tertunda, maka alternatif yang dapat dilakukan adalah memerah atau memompa ASI selama 10-20 menit hingga bayi dapat menyusui. Tindakan tersebut dapat membantu memaksimalkan reseptor prolaktin dan meminimalkan efek samping dari tertundanya proses menyusui oleh bayi, salah satu solusi dari ketidaklancaran ASI adalah melakukan perawatan payudara dan pijat oksitosin. Dimana perawatan payudara dan pijat oksitosin dapat merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan sehingga sangat berperan dalam produksi ASI (Evariny, 2008).

Data yang didapat dari RSUD Hanafiah Batusangkar ruang rawatan kebidanan banyak didapatkan data bahwa pasien atau ibu post partum baik primigravida ataupun multigravida banyak yang tidak mengetahui cara perawatan payudara dan pijat oksitosin untuk proses kelancaran produksi ASI serta pasien ataupun keluarga tidak mengetahui tujuan dari perawatan payudara dan pijat oksitosin yang benar. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa pasien dan keluarga memiliki keterbatasan pengetahuan yang banyak tidak diketahui oleh pasien beserta keluarga pasien tentang perawatan payudara dan pijat oksitosin seiring perkembangan zaman dan dalam lingkup kesehatan. Untuk memenuhi keterbatasan pengetahuan pasien dan keluarga dalam masalah tersebut yang berkaitan dengan kelancaran ASI, maka kami dosen dan mahasiswa memberikan penyuluhan mengenai perawatan payudara dan pijat oksitosin.

Dilihat dari latar belakang diatas permasalahan yang ditemukan pada Ibu post partum adalah belum optimalnya edukasi yang diberikan pada Ibu khususnya tentang proses kelancaran produksi ASI serta tidak adanya tim edukasi ruangan

yang secara continue memberikan edukasi pada pasien. Sehingga Ibu post partum tidak tahu tentang cara perawatan payudara dan pijat oksitoksin dalam memperlancar produksi ASI terutama pada ibu post partum primigravida.

TARGET LUARAN YANG DICAPAI

Target luaran : Pengabmas ini akan di publikasikan pada media massa sehingga masyarakat khususnya Ibu –ibu pos partum dapat melakukan tindakan tersebut untuk melancatrkan ASI dan dipuliksikan di jurnal terindeks serta terakreditasi.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan dua hal yaitu :

- a. Untuk meningkatkan pengetahuan, maka dilakukan penyuluhan kesehatan dilakukan dengan memberikan edukasi tentang cara perawatan payudara dan pijat oksitoksin dalam memperlancar produksi ASI
- b. Untuk meningkatkan keterampilan maka dilakukan demonstrasi cara perawatan payudara dan pijat oksitoksin dalam memperlancar produksi ASI

Langkah-langkah kegiatan yang akan dilakukan adalah :

- a. Tahap persiapan
 - 1) Melakukan sosialisasi kegiatan
 - 2) Menyiapkan materi , media, alat sarana dan prasarana penyuluhan kesehatan dan demonstrasi
 - 3) Menyepakati jadual kegiatan
 - 4) Mengidentifikasi media massa yang akan digunakan untuk publikasi
- b. Tahap pelaksanaan
 - 1) Memberikan penyuluhan kesehatan kepada Ibu post partum
 - 2) Melakukan demonstrasi cara perawatan payudara dan pijat oksitoksin dalam memperlancar produksi ASI

- 3) Melakukan pendokumentasian setiap kegiatan melalui foto, video dan pencatatan
- 4) Melakukan peliputan untuk publikasi oleh media

c. Tahap Evaluasi

- 1) Melakukan evaluasi terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu post partum dan keluarga
- 2) Membuat laporan kegiatan

Melakukan publikasi kegiatan untuk di media cetak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan kegiatan yang telah dilakukan di ruang rawatan kebidanan RSUD Hanafiah Batusangkar didapatkan sebagai berikut :

- a. Berkaitan penyuluhan kesehatan tentang cara perawatan payudara dan pijat oksitoksin maka hasil yang didapatkan secara umum adalah adanya peningkatan pengetahuan Ibu dan keluarga dengan rincian sebagai berikut :
 - 1) 90 % Ibu mampu menyebutkan kembali tentang definisi perawatan payudara dan pijat oksitoksin
 - 2) 90 % Ibu dan keluarga mampu menyebutkan kembali tentang tujuan perawatan payudara dan pijat oksitoksin
 - 3) 85% Ibu post partum dan keluarga dapat menyebutkan dampak yang terjadi jika ibu tidak melakukan perawatan payudara dan pijat oksitoksin
- b. Berkaitan kegiatan demonstrasi cara perawatan payudara dan pijat oksitoksin maka hasil yang didapatkan adalah sebagai berikut :
 - 1) 100% Ibu dan keluarga mampu melakukan perawatan payudara dan pijat oksitoksin dengan benar
- c. Evaluasi hasil berkaitan kegiatan ini juga didapatkan adalah

- 1) Tingginya antusiasme Ibu postpartum dan keluarga, hal ini dibuktikan dengan banyaknya yang mengajukan pertanyaan
- 2) Terlihat adanya keseriusan ibu dan keluarga saat dilakukan penyuluhan dan demonstrasi
- 3) Pihak ruangan kebidanan juga menunjukkan dukungan yang besar terhadap kegiatan ini dan meminta untuk dilakukan kembali penyuluhan lainnya

KESIMPULAN DAN SARAN

Proses menyusui idealnya dapat segera dilakukan begitu bayi lahir. bayi yang lahir cukup bulan akan memiliki naluri untuk menyusu pada ibunya di 20-30 menit setelah lahir. Menyusui dini di jam-jam pertama kelahiran jika tidak dapat dilakukan akan menyebabkan proses menyusu tertunda, maka alternatif yang dapat dilakukan adalah pemerah atau memompa asi selama 10-20 menit hingga bayi dapat menyusu. tindakan tersebut dapat membantu memaksimalkan reseptor prolaktin dan meminimalkan efek samping dari tertundanya proses menyusui oleh bayi, salah satu solusi dari ketidaklancaran asi adalah melakukan perawatan payudara dan pijat oksitosin. dimana perawatan payudara dan pijat oksitosin dapat merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan sehingga sangat berperan dalam produksi asi.

SARAN

Diharapkan kepada tenaga kesehatan khususnya layanan Kesehatan Ibu dan Anak untuk lebih meningkatkan pemberian Edukasi Pendidikan tentang perawatan masa post partum, perawatan bayi baru lahir serta masalah ASI yang tujuannya adalah agar ibu sehat dan bayi baru lahir dapat segera menyusui dan mendapatkan ASI yang cukup tanpa tambahan susu formula. Diharapkan juga kepada Ibu – Ibu untuk rutin memeriksakan diri sejak awal masa prakonsepsi sampai masa post partum.

DAFTAR PUSTAKA

- Albertina, Meity. 2015. *Hubungan Pijat Oksitosin dengan Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Post Partum Seksio Sesarea Hari ke 2 – 3*. Poltekkes Kemenkes Kaltim
- Ambarwati E, Diah W (2010) *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Astutik, Reni Yulia (2014) *Payudara dan laktasi*. Jakarta : Salemba Medika
- Bahiyatun (2008) *Asuhan kebidanan nifas normal*. Jakarta : EGC
- Biro Pusat Statistik (2008) *Survey Demografi Kesehatan Indonesia 2007*. BPS-BKKBN-DEPKES RI-UNFPA
- Depkes RI (2002) *Manajemen Laktasi*. Jakarta : Depkes RI
- Depkes RI (2007) *Pedoman Pemberian Makanan Bayi dan Anak*. Jakarta : Depkes RI
- Dewi (2011) *Air Susu dan Jenis Asi*. Jakarta : EGC
- Guyton A.C & J.E Hall (2007) *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 9*. Jakarta : EGC
- Hamranani, S.(2010) *Pengaruh pijat oksitosin terhadap involusi uterus pada ibu post partum yang mengalami persalinan lama di rumah sakit wilayah Kabupaten Klaten*. Tesis UI: tidak dipublikasikan.
- Hubertin , Purwarti S (2004) *Konsep Penerapan ASI Eksklusif*. Jakarta : EGC
- Mera, Gina, Ernalinda (2016) *pengaruh pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi susu ibu menyusui di Puskesmas Plus Mandiangin Bukittinggi 2016* di publikasikan di JIT Ristekdikti