



Pelatihan Pijat Oksitosin pada Keluarga Ibu Hamil TM III dalam Peningkatan Dukungan Pemberian ASI Eksklusif di Klinik Pedungan Medika Denpasar

Pande Putu Indah Purnamayanthi^{1*}, Ni Made Risna Sumawati², Putu Ayu Dina Saraswati³

^{1,2,3}Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali, Indonesia, 80361

E-mail:* pandeindah25@gmail.com

Doi : <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v6i3.2539>

Info Artikel:

Diterima :
2025-07-07

Diperbaiki :
2025-07-14

Disetujui :
2025-07-15

Kata Kunci: Pelatihan, Pijat Oksitosin, ASI eksklusif, Dukungan Suami, ASI Eksklusif, Ibu hamil Trimester III

Abstrak: Tujuan dari pengabdian kepada Masyarakat ini yaitu melaksanakan pelatihan kepada keluarga ibu hamil trimester III yaitu suami tentang bagaimana metode pijat oksitosin yang bisa dilakukan secara mandiri Metode yang digunakan yaitu mengumpulkan responden dengan menyelenggarakan kelas ibu hamil Trimester III di Klinik Pedungan Medika Denpasar. Pelaksanaan pertama yang dilakukan yaitu dengan memberikan penyuluhan kemudian melakukan demonstrasi serta pelatihan kepada ibu hamil Trimester III. Peserta pada kegiatan ini yaitu ibu hamil trimester III dan keluarga di Klinik Pedungan Medika Denpasar. Diharapkan setelah melakukan pelatihan, keluarga khususnya suami bisa melakukan pijat oksitosin pada ibu hamil trimester III sendiri dirumah sehingga ibu menjadi percaya diri nantinya untuk menyusui bayinya.

Abstract: The purpose of this community service is to provide training to families of pregnant women in their third trimester, namely husbands, on how to do oxytocin massage independently. The method used is to collect respondents by holding a class for pregnant women in their third trimester at the Pedungan Medika Denpasar Clinic. The first implementation carried out was to provide counseling and then conduct demonstrations and training for pregnant women in their third trimester. Participants in this activity were pregnant women in their third trimester and their families at the Pedungan Medika Denpasar Clinic. It is hoped that after conducting the training, families, especially husbands, can do oxytocin massage on pregnant women in their third trimester at home so that mothers will be confident in breastfeeding their babies later.

Keywords: Training, BreastCare, Third trimester Pregnant Women

Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) yang diproduksi setelah melahirkan pada hari pertama adalah berupa kolostrum dengan volume 10 – 100 cc, dan pada hari ke 2 sampai ke 4 akan meningkat dengan volume sekitar 150 – 300 ml/24 jam. Produksi ASI setelah 10 hari dan seterusnya melahirkan sampai bayi berusia tiga bulan atau disebut dengan ASI matur, ASI dapat memproduksi sekitar 300 – 800 ml/hari, dan ASI akan terus meningkat pada hari atau minggu seterusnya (1). Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI yang berkaitan dengan nutrisi ibu. Oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI, semakin sering putting susu dihisap oleh bayi maka semakin banyak pengeluaran ASI (2).

Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Bali tahun 2022 menjelaskan cakupan pemberian ASI eksklusif di provinsi Bali pada tahun 2022 menunjukkan cakupan ASI Eksklusif pada bayi umur 6 bulan di Provinsi Bali sebesar 76,96%, dan Cakupan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) sebesar 63,01% capaian ini sudah diatas target yang ditetapkan yakni sebesar 45% untuk ASI eksklusif dan 58% untuk IMD. Melihat angka diatas terlihat gap antara cakupan ASI eksklusif dan IMD sebesar 14%, hal ini menunjukkan bahwa tidak semua bayi < 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif diberlakukan inisiasi menyusu dini saat kelahirannya. Pelaksanaan pemberian ASI eksklusif tidak sampai usia 6 bulan karena sudah mendapatkan makanan tambahan lainnya sehingga diperlukan peningkatan pengetahuan ibu dan keluarga dengan upaya pemberian konseling dan penyuluhan pada ibu hamil dan Keluarga. Adapun faktor pendukung yang mempengaruhi yaitu kerjasama dan koordinasi lintas program yang baik, kemauan ibu dalam memberikan ASI eksklusif, Dukungan keluarga dalam mendukung pemberian ASI eksklusif. Sedangkan untuk faktor penghambat: Gencarnya promosi susu formula dan kurangnya pengetahuan ibu. Di kota Denpasar, cakupan pemberian ASI eksklusif 63,53%. Hal ini menunjukkan bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif belum 100% tercapai (3).

Penyebab belum tercapainya pemberian ASI eksklusif di Indonesia dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah tidak lancar produksi ASI pada hari – hari pertama setelah melahirkan yang disebabkan kurangnya rangsangan hormon oksitosin dan prolaktin yang berperan dalam kelancaran produksi ASI sehingga dibutuhkan upaya tindakan alternatif atau penatalaksanaan berupa pijat oksitosin, karena pijat oksitosin sangat efektif membantu merangsang pengeluaran ASI (4). Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang kedua sisi

tulang belakang dan merupakan usaha untuk merangsang hormon oksitosin setelah melahirkan. Manfaat pijat oksitosin membuat ibu merasa nyaman, mengurangi bengkak, mengurangi sumbatan ASI.

Dukungan suami dalam praktek pemberian ASI masih minim karena faktor kultural ada pembagian peran, dimana suami berperan sebagai pencari nafkah dan urusan rumah tangga semuanya diurus oleh istri. Dukungan suami nyatanya tidak hanya bisa membuat proses pemberian ASI menjadi lebih lancar dan berkualitas. Kedekatan istri secara emosi dengan suami akan meningkatkan sisi romantisme pasangan, dimana mendatangi efek yang bagus bagi ibu menyusui (5). Dukungan yang baik dari suami tentu akan berdampak baik terhadap keinginan ibu dalam melakukan pemberian ASI secara eksklusif. Hal ini sejalan dengan pendapat oleh Syahrini et al, dukungan suami dan pujian kepada istri dapat memunculkan perasaan ibu yang tenang dan damai yang akan mendukung lancarnya produksi ASI itu sendiri (6).

Klinik Pratama Pedungan Medika merupakan klinik pratama rawat Jalan yang beralamat di Jalan Pulau Bangka no 1A Denpasar. Klinik Pratama Pedungan Medika didirikan oleh dr.Putu Yoska Arya Harindana,Sp.MK pada tahun 2016. Klinik Pratama Pedungan Medika merupakan milik Yayasan Taman Sari Dewata. Klinik Pratama Pedungan Medika merupakan fasilitas kesehatan yang didedikasikan untuk memberikan pelayanan kesehatan prima bagi masyarakat di wilayah Denpasar, Bali. Dimulai dengan visi menjadi klinik pratama pilihan Masyarakat yang berkualitas, profesional, terpercaya, dan terjangkau bagi seluruh lapisan masyarakat. Adapun fasilitas pelayanan kesehatan di Klinik Pedungan Medika meliputi; poliklinik umum, poliklinik gigi, poliklinik KIA, persalinan, layanan kefarmasian, dan konsultasi gizi. Tenaga kesehatan yang bertugas di klinik Pedungan medika meliputi ; dokter umum, dokter gigi, perawat, bidan, perawat gigi, apoteker, ahli gizi, dibantu oleh satu orang petugas kebersihan dan satu orang petugas keamanan. Jenis pelayanan klinik yang terdapat pada klinik pedungan medika yaitu Program Kesehatan Ibu menyelenggarakan salah satunya yaitu kelas ibu hamil. Kelas ibu hamil ditujukan Kepada Ibu Hamil mulai dari ibu hamil Trimester I – III dimana pada kelas tersebut diberikan Kelas ibu hamil diberikan sebagai persiapan ibu menghadapi persalinan, nifas dan menyusui (7).

Metode

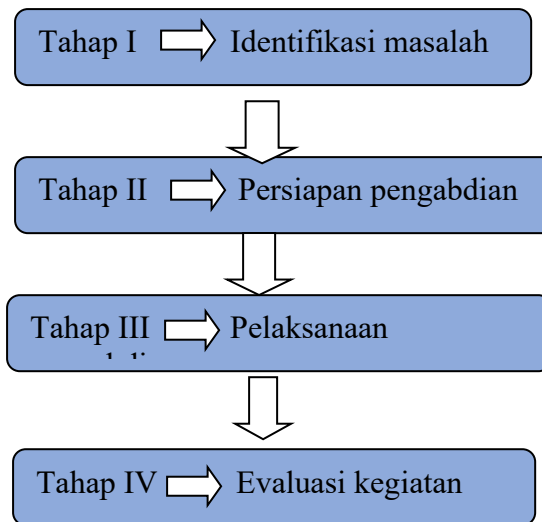
Kegiatan ini dilaksanakan di Klinik Pedungan Medika Denpasar mulai dari tahap persiapan sampai dengan evaluasi yaitu mulai bulan Maret – Juli 2025. Adapun pihak yang terlibat dalam kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini yaitu bidan koordinator bidan pelaksana, Bidan yang bekerja di Klinik Pedungan Medika Denpasar, pasien hamil trimester III dan suami sebanyak 30 orang, dan tim pelaksana pengabdian kepada Masyarakat. Kegiatan ini terbagi dalam beberapa tahapan:

1. Identifikasi masalah, pada tahap ini yang pengusul pengabdian melakukan tahapan identifikasi masalah mitra dimana terdapat permasalahan pokok yaitu Cakupan pemberian ASI eksklusif di kota Denpasar pada tahun 2022 yaitu sebanyak 63,53%
2. Persiapan, pada persiapan ini tim pengabdian melakukan permohonan ijin ke Direktur Klinik Pedungan Medika Denpasar bahwa akan dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Bidan Koordinator pelaksana memberikan jadwal pelaksanaan kelas ibu pada setiap bulannya. Tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat melakukan apersepsi dengan koordinator bidan penyelenggaraan kelas ibu hamil. Setelah itu melakukan kontrak waktu dengan bidan setempat dan ibu hamil trimester III bahwa akan diadakan pelatihan pijat oksitosin pada suami kepada ibu hamil pada kelas ibu hamil. Kegiatan yang akan dilakukan yaitu dengan memberikan informasi tentang perencanaan, pelaksanaan, sasaran yang dituju serta Teknik pemberian pengabdian kepada Masyarakat.
3. Pelaksanaan, dalam pelaksanaan ini dilakukan dengan tahapan yaitu:
 - a. Metode ceramah, metode ini merupakan suatu cara dalam menerangkan dan menjelaskan ide pengertian atau pesan secara lisan kepada sekelompok sasaran. Dalam pengabdian ini, metode ceramah diberikan kepada ibu hamil trimester III dan keluarga dengan cara tim memberikan materi terlebih dahulu tentang pentingnya pijat oksitosin yang harus diketahui oleh keluarga di masa kehamilan sebagai persiapan ibu dan keluarga dalam masa laktasi, kemudian akan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab oleh ibu hamil dan keluarga dan tim pelaksana pengabdian
 - b. Metode demonstrasi, dalam pelaksanaan pengabdian ini tim pelaksana pengabdian melakukan demonstrasi cara melakukan pijat oksitosin oleh suami. Setelah itu Bersama ibu hamil dan keluarga ibu hamil, tim pelaksana

pengabdian mengajak keluarga mencoba melakukan pijat oksitosin secara mandiri agar bisa dipraktikkan dirumah saat ibu dalam fase nifas.

4. Evaluasi kegiatan, evaluasi kegiatan ini dilaksanakan dalam beberapa tahapan yaitu dengan melakukan penilaian pada pengetahuan dan keterampilan pada keluarga ibu hamil tentang pijat oksitosin.

Adapun tahapan kegiatan terlihat pada gambar berikut:



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat

Hasil dan Pembahasan

Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan dengan baik. Pada tahap ini, pelaksana pengabdian kepada masyarakat telah menganalisis situasi dan meminta izin ke Direktur Klinik Pedungan Medika Denpasar. Kegiatan tersebut mencakup penyuluhan dan pelatihan kepada suami pasien tentang pijat oksitosin di trimester ketiga dengan menggunakan bahan dan media yang telah disediakan.. Semua bidan dan terlibat dalam pelaksanaan kegiatan tersebut. Booklet juga telah diberikan kepada peserta untuk mereka praktekkan di rumah mereka sendiri. Dokumentasi pelaksanaan dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 2. Inform concent dan Demonstrasi pada pasien



Gambar 3. Inform concent dan Demontrasi pada pasien

Berdasarkan gambar diatas dapat dilihat bahwa tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat telah melakukan pelatihan pijat oksitosin kepada suami ibu hamil trimester III. Sebelum dilakukan pelatihan, tim pengabdi melakukan edukasi terlebih dahulu dengan menggunakan booklet pijat oksitosin sebagai panduan dalam melakukan pelatihan pijat oksitosin. Setelah itu dilakukan pelatihan cara melakukan pijat oksitosin agar bisa diterapkan saat di rumah dengan tujuan ibu lebih percaya diri dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya nanti. Hasil dari kegiatan ini dapat dijelaskan dengan presentase jawaban benar pengetahuan suami ibu hamil trimester III sebelum dan setelah dilakukan edukasi dan pelatihan pijat oksitosin pada kuisisioner masing – masing item pertanyaan. Tabel 1 menjelaskan secara terperinci tentang hasil yang didapatkan yaitu sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Presentase Pengetahuan Setelah Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat (n=34)

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	20	59
Cukup	13	38
Kurang	1	3
Total	34	100

Berdasarkan tabel 1. diatas menyatakan bahwa pengetahuan suami setelah dilakukan edukasi terkait pijat oksitosin yaitu memiliki pengetahuan baik sebanyak 20 orang (59%).

Tabel 2. Hasil Presentase Keterampilan Setelah Pelatihan Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat (n=34)

Keterampilan	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	31	91
Kurang	3	9
Total	34	100

Berdasarkan tabel 2 diatas menyatakan bahwa keterampilan suami dalam melakukan pijat oksitosin setelah dilakukan pelatihan yaitu memiliki keterampilan baik sebanyak 31 orang (91%). Berdasarkan kedua tabel diatas menunjukkan bahwa ada implikasi yang positif dari kegiatan yang telah dilakukan.

Sumiaty, dkk (2020) dalam jurnalnya yang berjudul Pelatihan Pijat Oksitosin Bagi Pendamping Ibu Nifas di Kelurahan Kayu Kayumaluae Ngapa pada tahun 2020 menyebutkan bahwa hasil analisis pengetahuan menunjukkan bahwa secara keseluruhan terjadi peningkatan pengetahuan pada 25 orang peserta setelah mengikuti pelatihan, dengan rata-rata peningkatan sebesar 13 poin. Hasil p-value < 0,001 artinya bahwa secara statistik terdapat pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan para pendamping ibu nifas sesudah mengikuti pelatihan pijat oksitosin. Maka disimpulkan ada peningkatan pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pelatihan tentang pijat oksitosin (8). Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (over behavior). Makin tinggi pendidikan seseorang, makin tinggi kesadaran untuk berperan serta (9). Mubarak, dkk (2012) (10) menyatakan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan diantaranya umur, pendidikan, dan pekerjaan. Dari faktor – faktor tersebut dapat dijelaskan bahwa dengan bertambahnya umur akan terjadi perubahan pada aspek fisik dan psikologis (mental) selain itu juga akan mempengaruhi seseorang dalam menyerap informasi dan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang.

Pengetahuan merupakan faktor kunci dalam menentukan perilaku manusia karena pengetahuan manusia dapat memicu perubahan dan persepsi. Pengetahuan yang lebih banyak juga dapat mengubah perilaku masyarakat dari yang sebelumnya negatif menjadi positif. Masalah menyusui dalam beberapa hari pertama kehidupan dapat mencegah bayi Anda mendapatkan cukup ASI, yang dapat memengaruhi kesehatan Anda di masa depan. Di sisi lain, selama beberapa hari pertama setelah melahirkan, ibu harus mengatasi masalah produksi ASI yang tidak merata (11).

Yeni Aryani, dkk (2019) dalam jurnalnya yang berjudul Penerapan Pijat Oksitosin dalam Upaya Memperbanyak Produksi ASI Melalui Pelatihan Para Bidan di Klinik Taman Sari tahun 2019 menyebutkan bahwa Terdapat peningkatan pengetahuann bidan sebanyak 53% dan keterampilan 100% dan semua ibu bersalin sudah memberikan ASI pada bayinya. Hendaknya setiap ibu bersalin harus diajarkan teknik pijat oksitosin dan menjadi asuhan rutin bagi setiap ibu bersalin sebagai upaya memperbanyak ASI (12).

Kesimpulan

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu hamil dan keluarga yaitu suami telah diberikan penyuluhan dan pelatihan tentang perawatan pijat oksitosin. Diharapkan setelah pelaksanaan ini ibu dan keluarga dapat memahami dan menerapkan dirumah masing – masing. Rencana tindak lanjut yang diupayakan yaitu bekerja sama dengan pihak Klinik Pedungan Medika untuk selalu memberikan asuhan kebidanan pada ibu dan keluarga dan mulai membentuk kelas ibu hamil dan nifas agar bisa melanjutkan pelaksanaan pijat oksitosin sampai masa nifas sehingga lebih percaya diri dalam merawat bayi dan memberikan ASI eksklusif.

Ucapan Terima Kasih

Penulis ingin berterimakasih yang sebesar – besarnya kepada pihak Klinik Pedungan Medika Denpasar yang telah mengizinkan dan mendukung penuh atas terselenggaranya kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini. Terimakasih juga penulis sampaikan kepada coordinator bidan pelaksana dan para bidan yang membantu, serta para peserta yang mengikuti kelas ibu hamil serta seluruh civitas akademika STIKES Bina Usaha Bali yang ikut mendukung menyukseskan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Referensi

Astutik RY. Payudara dan Laktasi. Jakarta: Salemba Medika; 2019.

Maritalia D. Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas (S. Riyadi(ed);pertama). Gyson; 2017.

- WHO. Infant And Young Child Feeding. [Internet]. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>. 2020.
- Pilaria, Ema. & S. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Perejuk Kota Mataram Tahun 2017. *J Kedokt Yasr*. 2018;26(1):027 – 033.
- Doko, T.M., Aristiati, K., Hadisaputro S. Pengaruh Pijat Oksitosin oleh Suami terhadap Peningkatan Produksi Asi pada Ibu Nifas. *J Keperawatan Silampari*. 2019;2(2):66–86.
- Gultom, Christ Evelyn, Jasmawati LN. Efektivitas Pijat Oksitosin oleh Suami dan Bidan dalam Meningkatkan Kelancaran ASI pada Ibu Nifas. *Pub Heal J Kesehat Masy*. 2023;2(2).
- Klinik Pedungan Medika. Profil Klinik Klinik Pratama Pedungan Medika. 2023.
- Sumiaty, Muliani L. Pelatihan pijat Oksitosin Bagi Pendamping Ibu Nifas. *Poltekita J Pengabd Masy*. 2020;1(1):29–35.
- Dewi Sri sartika sari. Penyuluhan Tentang Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil di Desa Labuhan Rasoki. *J Pengabd Masy AUFA*. 2021;3(2):48–52.
- Mubarak, Wahit Iqbal. dkk. Promosi Kesehatan Sebuah Pengantar Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan. 2012.
- Alamsyahbudin, E. & J. Perbedaan Efektifitas Pijat Oksitosin dan Marmet Terhadap Kadar Hormon Prolaktin Untuk Kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kota Langsa.
- Aryani, Yeni FA. PENERAPAN PIJAT OKSITOSIN DALAM UPAYA MEMPERBANYAK PRODUKSI ASI MELALUI PELATIHAN PARA BIDAN. *Din - J Pengabd Kpd Masy*. 2019;3(2):361–7.