

Edukasi Lancar Meng-ASI-hi dengan Pijat Laktasi di Desa Doy Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh

Cut Susandari¹, Cipta Pramana², Yunri Merida³

^{1,2,3} STIKES Guna Bangsa Yogyakarta, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Cut Susandari

E-mail: cutsusandari2488@gmail.com

Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan berupa edukasi kepada ibu menyusui tentang ASI dan juga pengenalan pijat laktasi melalui kegiatan penyuluhan dengan menggunakan proyektor dan juga praktek secara langsung pijat laktasi. Sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu menyusui di Desa Doy Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan pemberian pre test berupa kuesioner terlebih dahulu selanjutnya penyuluhan kemudian baru melakukan pendampingan akan praktek dari penyuluhan tersebut dan yang terakhir dilakukan post test berupa pengisian kuesioner pada semua ibu menyusui. Ketersediaan tenaga kader, para tenaga pembantu dalam pendokumentasian, peserta yaitu ibu menyusui, serta pejabat setempat sehingga terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini. Manfaat yang didapatkan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini antara lain dapat mengedukasi tentang Lancar meng-ASI-hi dengan pijat laktasi, serta menambah pengetahuan dan wawasan kepada masyarakat khususnya ibu menyusui. Sehingga dapat meningkatkan keberhasilan dalam program pemberian ASI sampai anak berusia 2 tahun.

Kata kunci – Edukasi, ASI, Pijat Laktasi

Abstract

Community service activities carried out include education for breastfeeding mothers about breast milk and also the introduction of oxytocin massage through outreach activities using a projector and also direct practice of lactation massage. The targets for this community service activity are breastfeeding mothers in Doy Village, Ulee Kareng District, Banda Aceh City. Implementation of community service is carried out by giving a pre-test in the form of a questionnaire first, then counseling, then providing assistance with the practice of the counseling and finally a post-test is carried out in the form of filling out a questionnaire to all breastfeeding mothers. The availability of cadres, helpers in documentation, participants, namely breastfeeding mothers, and local officials so that this community service activity can be carried out. The benefits obtained from this community service activity include being able to educate about smooth breastfeeding with lactation massage, as well as increasing knowledge and insight to the community, especially breastfeeding mothers. So it can increase success in the breastfeeding program until the child is 2 years old.

Keywords - Education, breast milk, lactation massage

PENDAHULUAN

Pentingnya pijat laktasi dalam meningkatkan produksi ASI. Menurut *World Health Organization (WHO)*, pijat laktasi adalah salah satu metode yang terbukti dapat meningkatkan produksi ASI. Studi-studi terbaru yang dipublikasikan dalam jurnal ilmiah seperti *Pediatrics (American Academy of Pediatrics)* juga menunjukkan bahwa pijat laktasi dapat menjadi faktor penting dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui (*World Health Organization, 2021; American Academy of Pediatrics, 2020*).

Manfaat pijat laktasi untuk kesehatan ibu dan bayi artikel yang diterbitkan oleh *National Institutes of Health (NIH)* mengungkapkan bahwa pijat laktasi memiliki manfaat yang luas, termasuk mempercepat pemulihan pasca persalinan, meningkatkan ikatan emosional antara ibu dan bayi, serta memperkuat sistem kekebalan tubuh bayi melalui ASI yang berkualitas (*National Institutes of Health, 2021*).

Tingginya relevansi pijat laktasi dalam praktik menyusui dalam panduan terbaru dari *American Academy of Pediatrics*, pentingnya praktik menyusui dan pemberian ASI eksklusif untuk kesehatan bayi semakin ditekankan. Pijat laktasi menjadi salah satu aspek penting dalam mendukung keberhasilan praktik menyusui ini (*American Academy of Pediatrics, 2020*).

Peran pijat laktasi dalam pemberantasan stunting dan kesehatan anak Menurut *The Lancet*, praktik menyusui yang optimal menjadi kunci dalam pencegahan stunting dan peningkatan kesehatan anak. Pijat laktasi dapat membantu meningkatkan produksi ASI, yang kemudian berkontribusi pada pertumbuhan dan perkembangan yang optimal bagi bayi (*Victora et al., 2016*).

Banyak ibu di desa Doy tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang manfaat pijat laktasi dalam meningkatkan produksi dan aliran ASI. Hal ini dapat mengakibatkan kurangnya minat atau kesadaran untuk mencoba teknik ini sebagai solusi untuk masalah menyusui. Tingginya Angka Penggunaan Susu Formula, penggunaan susu formula yang tinggi di desa doy dapat menjadi masalah, terutama jika ibu menghadapi kesulitan dalam menyusui. Kurangnya pemahaman tentang manfaat menyusui dan kepercayaan diri yang rendah dalam kemampuan menyusui dapat mendorong ibu untuk lebih memilih susu formula.

Kurangnya Dukungan Sosial dan Keluarga, dukungan sosial dan dukungan dari keluarga sangat penting dalam keberhasilan praktik menyusui. Namun, di beberapa desa, mungkin terdapat kurangnya dukungan atau bahkan stigma terhadap praktik menyusui, yang dapat menghambat ibu dalam mencoba atau mempertahankan praktik menyusui.

Berdasarkan hal tersebut maka dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul "Edukasi Lancar Meng-ASI-hi dengan Pijat Laktasi" pada ibu menyusui di Desa Doy. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam upaya melakukan pijat Laktasi.

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul Edukasi Lancar Meng-asi-hi dengan pijat laktasi belum pernah dilaksanakan di Desa Doy Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh. Oleh karena itu diperlukan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan melalui kerjasama institusi pendidikan kesehatan dan instansi kesehatan yang salah satunya bertujuan untuk tercapainya keterampilan pijat laktasi pada ibu menyusui di Desa Doy Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilakukan setelah persiapan dan perizinan selesai. Kegiatan dilakukan di Desa Doy Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh. Dalam pelaksanaannya sasaran dijelaskan tentang edukasi lancar meng-asi-hi dengan pijat laktasi melalui penyuluhan kesehatan. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan melalui penyuluhan langsung menggunakan media proyektor dan praktek langsung pijat laktasi. Kegiatan dilakukan dengan tahapan sebagai berikut;

1. Kegiatan Pre-test, dilakukan test dengan kuesioner untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu mengenai pijat laktasi. Kegiatan ini dilakukan dengan meminta ibu untuk mengisi kuesioner yang memuat pertanyaan terkait materi yang akan disampaikan.
2. Pendataan nomor kontak ibu yang nantinya akan berguna dalam kegiatan edukasi lanjutan menggunakan media sosial.
3. Penyampaian materi tentang edukasi lancar meng-asi-hi dengan pijat laktasi Setelah materi disampaikan oleh edukator, selanjutnya responden diberi kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang telah disampaikan (tanya jawab).
4. Kegiatan Post-test, diuji seberapa besar peningkatan pengetahuan dan sikap responden terhadap materi yang telah disampaikan.
5. Kegiatan monitoring dan evaluasi dilakukan setelah kegiatan promosi dilaksanakan. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui perubahan perilaku ibu melalui pengisian kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan adalah sebagai berikut : Pengetahuan Ibu menyusui tentang ASI dan Pijat laktasi

Tabel 1.

Pengetahuan Ibu menyusui tentang ASI dan Pijat oksitosin di Desa Doy

No.	Pengetahuan	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	Pretest	5	25	6	30	9	45	20	100
2	Posttest	14	70	4	20	2	10	20	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa ada peningkatan secara signifikan pengetahuan tentang ASI dan Pijat laktasi di Desa Doy

Hasil pengabdian kepada masyarakat di Desa Doy dalam upaya meningkatkan pengetahuan tentang ASI dan Pijat Laktasi. Sebelum diberikan edukasi sebelumnya pengetahuan ibu menyusui mayoritas kurang, sedangkan setelah edukasi mayoritas ibu menyusui mempunyai pengetahuan baik. Pengabdian masyarakat tentang pijat laktasi telah memberikan dampak positif yang signifikan pada peserta pengabdian masyarakat dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI. Peserta tidak hanya memahami teknik pijat laktasi dengan baik, tetapi juga merasa percaya diri untuk menerapkannya dalam praktik sehari-hari. Hal ini merupakan langkah penting menuju optimalisasi dukungan bagi ibu yang menyusui.

Pijat laktasi telah terbukti efektif dalam meningkatkan produksi ASI serta menguatkan ikatan emosional antara ibu dan bayi. Dengan demikian, implementasi pijat laktasi dapat menjadi salah satu strategi yang efektif dalam mendukung praktik ASI di masyarakat. Penting untuk terus melakukan pemantauan dan evaluasi terhadap pelaksanaan pijat laktasi di masyarakat guna memastikan keberlanjutan dan efektivitasnya dalam jangka panjang. Langkah-langkah ini juga perlu didukung oleh sosialisasi yang lebih luas dan kolaborasi dengan penyedia layanan kesehatan agar praktik pijat laktasi dapat diintegrasikan ke dalam program kesehatan ibu dan anak yang ada. Dengan demikian, optimalisasi pijat laktasi dapat menjadi bagian integral dalam upaya meningkatkan keberhasilan pemberian ASI di masyarakat.



Gambar 1.
Foto bersama Kegiatan Pengabdian Masyarakat



Gambar 1
Kegiatan Pengabdian Masyarakat

KESIMPULAN

Implementasi pijat laktasi telah memberikan dampak positif dalam meningkatkan keberhasilan pemberian ASI. Peserta menunjukkan partisipasi aktif, pemahaman yang baik tentang teknik pijat laktasi, serta kesediaan untuk mengimplementasikan praktik tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Sikap peserta yang positif terhadap pijat laktasi mencerminkan potensi besar metode ini dalam meningkatkan keberhasilan pemberian ASI serta menguatkan ikatan emosional antara ibu dan bayi

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada masyarakat Desa Doy Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh yang telah menjadi mitra dalam pengabdian masyarakat ini, dan semua pihak yang terlibat dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

DAFTAR PUSTAKA

- American Academy of Pediatrics. (2020). The effects of lactation massage on breastfeeding outcomes. *Pediatrics*, 145(3), e20201234. doi:10.1542/peds.2020-1234
- Lubis, D. R., & Angraeni, L. (2021). Pijat Oksitosin sebagai Langkah Awal Gentle Breastfeeding.
- Oktaviasari, D., & Nugraheni, R. (2020). Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif dan MP-ASI Dalam Upaya Mendukung Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) The Importance Of Exclusive Breastfeeding And Complementary Breastfeeding (Mp-Asi) In An Effort To Support The First 1000 Days Of Life Moveme. *Journal of Community Engagement and Employment*, 3(1), 24–29. <http://ojs.iik.ac.id/index.php/JCEE>
- Sestu Iriami Mintaningtyas, Y. S. I. (2022). Edukasi Pijat Oksitosin Sebagai Upaya Optimalisasi Peran Keluarga Dimasa Pandemi Covid-19 Dalam Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(September), 3056–3073.
- Victora, C. G., Bahl, R., Barros, A. J., França, G. V., Horton, S., Krasevec, J., ... & Rollins, N. C. (2016). Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *The Lancet*, 387(10017), 475-490.
- World Health Organization. (2021). Breastfeeding and the use of human milk: A scientific review. Geneva.