

PEMBERDAYAAN KADER MELALUI PELATIHAN PIJAT OKSITOSIN UNTUK PENCEGAHAN MASTITIS

Nelly Nugrawati

Program Studi DIII Kebidanan STIKes Amanah Makassar

Email: nellystikesamanah@gmail.com

ABSTRAK

Pijat oksitosin terbukti efektif mengurangi risiko mastitis pada ibu menyusui dengan membantu payudara menjadi lebih rileks dan meningkatkan aliran ASI, sehingga mengurangi pembengkakan dan penyumbatan saluran susu. Edukasi mengenai teknik menyusui yang benar sangat penting untuk mencegah kondisi yang memburuk dan meningkatkan risiko mastitis. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi dan pelatihan pijat oksitosin kepada kader posyandu di wilayah Puskesmas Pancana Makassar. Metode kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan panduan langsung dari fasilitator terlatih kepada kader, yang mencakup cara melakukan pijat dengan benar dan aman serta pemahaman manfaatnya bagi ibu menyusui, sementara partisipasi kader didokumentasikan dan dianalisis untuk mengevaluasi dampak pelatihan terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam teknik pijat oksitosin dan pencegahan mastitis. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa pelatihan pijat oksitosin efektif meningkatkan keterampilan praktis kader posyandu, di mana setelah pelatihan, 80% kader mencapai keterampilan yang baik dibandingkan dengan hanya 10% sebelum pelatihan, sehingga dapat berkontribusi pada pencegahan mastitis dan peningkatan kualitas pelayanan kesehatan di posyandu. Integrasi pijat oksitosin dalam program pelatihan kader posyandu menjadi krusial dalam upaya pencegahan mastitis dan peningkatan kesehatan mental ibu, serta memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi. Dengan demikian, pelatihan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan praktis kader, tetapi juga memberikan dampak positif yang signifikan dalam mendukung kesehatan dan kesejahteraan keluarga di tingkat komunitas.

Kata Kunci: Kader posyandu, Mastitis, Pijat oksitosin

ABSTRACT

Oxytocin massage has proven effective in reducing the risk of mastitis in breastfeeding mothers by helping the breasts to relax and improving milk flow, thereby reducing swelling and milk duct blockages. Education on proper breastfeeding techniques is crucial to prevent worsening conditions and increasing the risk of mastitis. This community service activity aims to provide education and oxytocin massage training to posyandu cadres in the Puskesmas Pancana Makassar area. The community service method involves direct guidance from trained facilitators to the cadres, which includes proper and safe massage techniques as well as understanding the benefits for breastfeeding mothers, while cadre participation is documented and analyzed to evaluate the impact of the training on increasing knowledge and skills in oxytocin massage techniques and mastitis prevention. The results of this activity show that oxytocin massage training effectively enhances the practical skills of posyandu cadres, with 80% of cadres achieving good skills after the training compared to only 10% before the training, thus contributing to the prevention of mastitis and improving the quality of health services at posyandu. Integrating oxytocin massage into posyandu cadre training programs is crucial in preventing mastitis, enhancing maternal mental health, and strengthening the emotional bond between mother and baby. Therefore, this training not only improves the practical knowledge of cadres but also has a significant positive impact on supporting family health and well-being at the community level.

Keywords: Mastitis, Oxytocin massage, Posyandu cadres

* **Corresponding Author:** Nelly Nugrawati (email: nellystikesamanah@gmail.com)
Hertasning Baru Street, Kassi-Kassi, Rappocini District, Makassar City, South Sulawesi
90221

Received 13 June; received in revised form 2 July 2024; accepted 10 July 2024

LATAR BELAKANG

Masa nifas adalah periode yang sangat penting bagi ibu dan bayi, karena masa ini merupakan masa kritis yang membutuhkan perhatian khusus. Pada masa ini, penyediaan dan pemanfaatan pelayanan kesehatan sangat krusial, terutama karena banyak perubahan fisiologis yang terjadi pada tubuh ibu. Salah satu perubahan yang signifikan adalah pada payudara, yang bersiap untuk laktasi atau menyusui. Namun, banyak ibu mengalami kesulitan dalam proses ini.¹

Kesulitan yang umum dialami oleh ibu pada masa nifas meliputi puting datar atau terbenam, puting lecet, payudara bengkak, saluran susu tersumbat, mastitis, dan bahkan abses pada payudara. Kondisi-kondisi ini tidak hanya menyebabkan rasa sakit dan ketidaknyamanan, tetapi juga meningkatkan risiko morbiditas ibu. Beberapa faktor yang menghambat pemberian ASI eksklusif di antaranya adalah produksi ASI yang kurang (32%), masalah pada puting susu (28%), payudara bengkak (25%), pengaruh iklan susu formula (6%), ibu yang bekerja (5%), serta pengaruh dari orang lain, termasuk keluarga, masyarakat, dan petugas kesehatan.²

Kegagalan dalam proses menyusui sering kali disebabkan oleh berbagai masalah yang dialami oleh ibu dan bayi. Banyak ibu yang tidak memahami teknik menyusui yang benar, sehingga menghadapi kesulitan yang dapat mempengaruhi kesehatan mereka dan bayi, serta menghambat upaya untuk menciptakan generasi yang sehat dan berkualitas. Masalah-masalah yang sering menjadi penyebab kegagalan dalam menyusui antara lain puting susu lecet, payudara bengkak, mastitis, dan abses payudara.³

Pijat oksitosin merupakan salah satu upaya yang efektif untuk mengurangi risiko terjadinya mastitis pada ibu menyusui. Dengan teknik ini, payudara ibu dapat lebih rileks dan aliran ASI dapat meningkat, sehingga mengurangi pembengkakan dan risiko penyumbatan saluran susu. Selain itu, pijat oksitosin juga membantu dalam meredakan rasa sakit dan ketidaknyamanan yang sering dialami oleh ibu menyusui. Edukasi mengenai teknik menyusui yang tepat juga sangat penting, karena teknik yang salah dapat memperburuk kondisi payudara dan meningkatkan risiko mastitis.⁴

Edukasi dan pelatihan pijat oksitosin bagi kader posyandu sangat penting, tidak hanya untuk membantu ibu menyusui mengatasi masalah fisik, tetapi juga untuk mendukung kesehatan mental ibu. Kader yang terlatih dapat membantu ibu merasa lebih nyaman dan mengurangi rasa sakit yang berlebihan, sehingga meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam menyusui. Hal ini berdampak positif pada ikatan antara ibu dan bayi. Oleh karena itu, integrasi pijat oksitosin dalam program pelatihan kader posyandu harus menjadi bagian penting dari upaya kesehatan masyarakat untuk meningkatkan keberhasilan menyusui dan kualitas hidup ibu dan bayi.

Pelatihan pijat oksitosin untuk kader posyandu berfungsi sebagai terapi fisik sekaligus alat edukatif yang penting. Melalui pelatihan ini, kader posyandu dapat belajar tentang anatomi dan fisiologi payudara, memahami pentingnya

perawatan payudara, dan mengembangkan keterampilan yang diperlukan untuk membantu ibu menyusui dengan sukses. Dengan demikian, integrasi pijat oksitosin dalam program kesehatan ibu dan anak melalui kader posyandu dapat memberikan manfaat jangka panjang bagi masyarakat dengan meningkatkan angka keberhasilan menyusui dan mengurangi risiko komplikasi terkait menyusui.

Pijat oksitosin adalah salah satu metode efektif untuk meningkatkan produksi ASI. Teknik ini diterapkan pada ibu post partum dengan cara memijat sepanjang tulang belakang hingga tulang rusuk ke-6 secara memutar menggunakan kedua ibu jari selama 3 menit secara rutin. Pijat ini merangsang pelepasan hormon oksitosin, yang membantu payudara memproduksi ASI lebih baik.⁵ Ketika pijat oksitosin diberikan kepada ibu yang mengalami masalah produksi ASI, pijat ini dapat memperlancar produksi ASI karena memberikan rasa nyaman kepada ibu. Kenyamanan yang dirasakan ibu juga berdampak positif pada bayi, yang akan merasa lebih nyaman dan dapat menyusu dengan lebih baik.⁶

Manfaat pijat oksitosin tidak hanya terbatas pada peningkatan produksi ASI. Pijat ini juga dapat menenangkan, mengurangi stres, membangkitkan rasa percaya diri, dan membantu ibu post partum memiliki pandangan positif terhadap bayinya.⁷ Selain itu, pijat oksitosin terbukti meningkatkan relaksasi, kualitas tidur, mengurangi rasa sakit, dan stres, serta membantu meningkatkan kadar hormon oksitosin dan prolaktin, yang semuanya berperan dalam memperlancar produksi ASI.⁸ Dengan demikian, pijat oksitosin tidak hanya meningkatkan produksi ASI tetapi juga mengurangi kejadian mastitis melalui peningkatan aliran ASI dan penurunan risiko penyumbatan saluran susu.⁹

Kegiatan pengabdian masyarakat di posyandu wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar sangat penting dilakukan, terutama untuk melatih kader dalam teknik pijat oksitosin. Mengingat pentingnya masa nifas dan tantangan yang dihadapi ibu menyusui, pelatihan ini dapat membantu kader posyandu memberikan dukungan yang diperlukan untuk mengatasi masalah menyusui seperti puting lecet, payudara bengkak, dan mastitis. Dengan menguasai teknik pijat oksitosin, kader posyandu dapat membantu meningkatkan produksi ASI, mengurangi rasa sakit, dan memberikan kenyamanan bagi ibu menyusui. Hal ini tidak hanya akan meningkatkan keberhasilan menyusui dan kesehatan ibu serta bayi, tetapi juga memperkuat upaya kesehatan masyarakat dalam menciptakan generasi yang sehat dan berkualitas. Pelatihan ini juga akan membekali kader dengan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk mendukung program ASI eksklusif, sehingga memberikan manfaat jangka panjang bagi komunitas di wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar.

METODE

Deskripsi Singkat Mitra

Mitra dalam pengabdian masyarakat ini adalah para kader posyandu di wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar. Mereka berperan penting dalam program ini karena sebagai pelayan kesehatan utama di komunitas, mereka memiliki

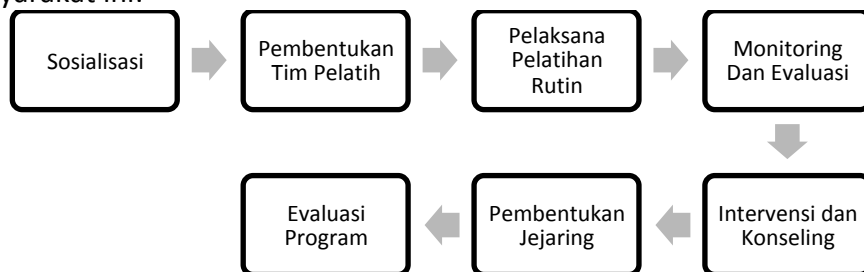
pengaruh besar terhadap kesehatan ibu dan bayi di wilayah tersebut. Melalui program pelatihan pijat oksitosin, para kader akan diberikan pelatihan dan pengetahuan mengenai teknik pijat yang efektif untuk meningkatkan produksi ASI dan mencegah mastitis. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk memberdayakan para kader dengan keterampilan yang diperlukan untuk memberikan dukungan yang tepat kepada ibu menyusui, serta memperkuat layanan kesehatan di posyandu, yang pada akhirnya mendukung keberhasilan menyusui dan kesehatan optimal ibu serta bayi di komunitas mereka.

Lokasi Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan diposyandu di wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar

Langkah-Langkah Kegiatan

Berikut adalah langkah-langkah kegiatan yang akan dilakukan dalam pengabdian masyarakat ini:



1. Sosialisasi dan Edukasi: Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, dilakukan sosialisasi dan edukasi kepada para kader posyandu tentang pentingnya pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI dan mencegah mastitis. Kegiatan ini dapat dilakukan melalui pertemuan komunitas, lokakarya, atau kampanye penyuluhan kesehatan yang melibatkan ahli pijat oksitosin dan tenaga kesehatan terkait.
2. Pembentukan Tim Pelatih: Bentuk tim pengajar yang terdiri dari tenaga kesehatan, seperti dokter, bidan, perawat, dan ahli pijat oksitosin, yang akan bertanggung jawab dalam memberikan pelatihan teknik pijat oksitosin di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar. Tim pengajar juga dapat melibatkan mahasiswa atau relawan kesehatan sebagai pendukung.
3. Pelaksanaan Pelatihan Rutin: Tim pengajar memberikan pelatihan teknik pijat oksitosin secara teratur sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan. Pelatihan dilakukan dengan mengikuti protokol dan panduan pijat oksitosin untuk memastikan akurasi dan konsistensi teknik yang diajarkan.
4. Monitoring dan Evaluasi: Setelah pelatihan pijat oksitosin dilakukan, dilakukan monitoring dan evaluasi terhadap efektivitas pelatihan tersebut. Data ini dianalisis untuk melihat dampak pelatihan pada peningkatan produksi ASI dan pencegahan mastitis, serta mengidentifikasi kebutuhan intervensi lebih lanjut jika diperlukan.
5. Intervensi dan Konseling: Jika ditemukan ibu yang masih mengalami masalah produksi ASI atau mastitis, dilakukan intervensi dan konseling kepada mereka berdasarkan hasil monitoring. Intervensi dapat melibatkan program tambahan atau rujukan ke spesialis kesehatan jika diperlukan.

6. Pembentukan Jejaring: Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, penting untuk membentuk jejaring dengan pihak terkait, seperti posyandu, puskesmas, rumah sakit, atau lembaga lain yang dapat memberikan dukungan dan sinergi dalam upaya meningkatkan kesehatan ibu menyusui melalui pijat oksitosin.
7. Evaluasi Program: Terakhir, dilakukan evaluasi program pelatihan pijat oksitosin secara keseluruhan untuk mengevaluasi dampak dan efektivitas kegiatan. Evaluasi ini melibatkan semua pihak terkait dan dapat digunakan sebagai dasar untuk perbaikan program di masa depan.

Metode yang Digunakan

Metode yang Digunakan dalam Kegiatan Pengabdian Masyarakat: Pemberdayaan Kader Melalui Pelatihan Pijat Oksitosin Untuk Pencegahan Mastitis

1. Identifikasi dan Seleksi Peserta: Tahap awal melibatkan identifikasi dan pemilihan kader posyandu di wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar yang akan mengikuti pelatihan pijat oksitosin. Peserta terdiri dari kader-kader yang aktif dan berkomitmen, dengan jumlah peserta yang telah ditentukan sebanyak 15 orang.
2. Sosialisasi dan Persiapan: Sebelum pelatihan dimulai, dilakukan sosialisasi kepada para kader mengenai pentingnya pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI dan mencegah mastitis. Persiapan juga mencakup penjadwalan pelatihan, pengadaan perlengkapan yang diperlukan untuk demonstrasi pijat oksitosin, serta persiapan ruang dan fasilitas yang diperlukan.
3. Pelaksanaan Pelatihan Pijat Oksitosin: Dalam kegiatan pelatihan, kader-kader akan mendapatkan panduan langsung dari fasilitator yang terlatih dalam teknik pijat oksitosin. Setiap kader diajarkan cara melakukan pijat oksitosin dengan benar dan aman, serta memahami manfaatnya bagi ibu menyusui.
4. Pendokumentasian dan Analisis Data: Partisipasi kader dalam pelatihan akan didokumentasikan untuk setiap sesi. Data yang terkumpul akan dianalisis untuk melihat dampak pelatihan terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam teknik pijat oksitosin dan pencegahan mastitis.
5. Intervensi dan Konseling: Selama pelatihan, jika ditemukan masalah atau kebutuhan spesifik pada kader atau ibu menyusui yang mereka bantu, akan diberikan intervensi dan konseling langsung oleh fasilitator. Ini dapat berupa informasi tambahan mengenai perawatan ibu menyusui atau rujukan ke layanan kesehatan jika diperlukan.
6. Monitoring dan Tindak Lanjut: Setelah pelatihan selesai, dilakukan monitoring terhadap penerapan teknik pijat oksitosin oleh kader di posyandu. Jika diperlukan, dilakukan tindak lanjut lebih lanjut, seperti konsultasi tambahan dengan fasilitator atau tenaga kesehatan untuk memastikan keberhasilan dan keberlanjutan program.
7. Evaluasi Program: Terakhir, dilakukan evaluasi terhadap program pelatihan pijat oksitosin secara keseluruhan. Evaluasi ini melibatkan partisipasi kader, penilaian fasilitator, dan umpan balik dari pihak terkait untuk mengevaluasi

efektivitas program dan mendapatkan masukan untuk perbaikan di masa mendatang.

Instrumen

Instrumen yang Digunakan dalam Kegiatan Pengabdian Masyarakat: Pemberdayaan Kader Melalui Pelatihan Pijat Oksitosin Untuk Pencegahan Mastitis

1. Modul Pelatihan Pijat Oksitosin: Instrumen ini digunakan sebagai panduan dalam pelaksanaan pelatihan pijat oksitosin. Contoh Konten: Teknik-teknik pijat oksitosin yang aman dan efektif untuk ibu menyusui, langkah-langkah yang harus diikuti, serta manfaat kesehatan yang diperoleh dari pijat oksitosin. Modul ini berisi gambar-gambar ilustratif dan instruksi yang jelas untuk memandu kader dalam melakukan pijat oksitosin dengan benar.
2. Formulir Catatan Praktik Pijat: Instrumen ini digunakan untuk mencatat praktik pijat oksitosin yang dilakukan oleh kader di posyandu setelah mengikuti pelatihan. Contoh Isi Formulir: Waktu dan frekuensi pijat oksitosin, teknik-teknik yang diterapkan, serta pengamatan mengenai respons dan reaksi ibu menyusui terhadap pijat. Data ini digunakan untuk memantau konsistensi dan efektivitas praktik pijat oksitosin yang dilakukan oleh kader di posyandu.
3. Kuesioner Penilaian Pengetahuan dan Keterampilan: Instrumen ini digunakan untuk menilai pengetahuan dan keterampilan kader sebelum dan sesudah pelatihan pijat oksitosin. Contoh Isi Kuesioner: Pertanyaan mengenai teknik pijat oksitosin, manfaat pijat oksitosin, serta penanganan masalah menyusui seperti mastitis. Data ini digunakan untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader setelah mengikuti pelatihan.

Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan ini dilakukan dengan menelaah dan menganalisis data hasil pelatihan pijat oksitosin untuk kader di posyandu wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar selama periode 1 Minggu. Tujuannya adalah untuk memperoleh pemahaman yang mendalam tentang respons dan manfaat yang diperoleh kader setelah mengikuti pelatihan pijat oksitosin. Dengan melakukan analisis yang teliti terhadap efek pijat oksitosin pada setiap kader, evaluasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih holistik tentang peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam pencegahan mastitis serta pemberdayaan dalam menyusui di komunitas posyandu. Evaluasi ini juga akan mengidentifikasi keberhasilan program dalam mencapai tujuan untuk meningkatkan kesejahteraan ibu dan bayi melalui praktik pijat oksitosin di tingkat komunitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian ini dilaksanakan pada bulan Maret 2024 di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar. Kegiatan ini bertujuan untuk memberdayakan kader posyandu melalui pelatihan pijat oksitosin guna pencegahan mastitis, yang merupakan masalah kesehatan penting pada ibu menyusui di wilayah tersebut. Peserta kegiatan ini terdiri dari 10 kader posyandu

dan 10 ibu bayi yang hadir secara aktif di posyandu, dengan rentang usia bayi antara 1 hingga 6 bulan. Tim penyuluhan kesehatan terdiri dari satu dosen dan beberapa mahasiswa dari Stikes Amanah Makassar, yang berperan dalam memberikan materi dan bimbingan teknis kepada kader.

Peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini digambarkan pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Identifikasi Peserta berdasarkan karakteristik umur dan tingkat pendidikan

Kategori Umur	Frekuensi	Persentase
<20 Tahun	1	10%
20-35 Tahun	4	40%
>35 Tahun	5	50%
Total	10	100%

Kategori Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SLTA	8	80%
Perguruan Tinggi	2	20%
Total	10	100%

Interpretasi hasil dari Tabel 1 menunjukkan karakteristik peserta pelatihan pijat oksitosin di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar. Berdasarkan usia, mayoritas peserta (50%) berusia lebih dari 35 tahun, diikuti oleh peserta berusia 20-35 tahun (40%), sedangkan hanya satu peserta (10%) berusia kurang dari 20 tahun. Secara umum, peserta pelatihan ini didominasi oleh ibu-ibu dengan usia lebih matang. Sementara itu, dari segi tingkat pendidikan, mayoritas peserta (80%) memiliki latar belakang pendidikan SLTA, sedangkan sisanya (20%) memiliki pendidikan perguruan tinggi. Data ini menggambarkan bahwa mayoritas peserta memiliki latar belakang pendidikan menengah, yang relevan untuk memahami dan menerapkan teknik pijat oksitosin dengan baik. Interpretasi ini menunjukkan profil peserta yang beragam namun memiliki potensi untuk menerima dan mengimplementasikan pelatihan dengan efektif dalam konteks pencegahan mastitis melalui pijat oksitosin.

Tabel 2. Keterampilan Pijat Oksitosin Kader Sebelum dan Sesudah diberikan Pelatihan

Keterampilan Sebelum diberikan pelatihan	Frekuensi	Persentase
Baik	0	0%
Cukup	1	10%
Kurang	9	90%
Total	10	100%

Keterampilan Setelah diberikan pelatihan	Frekuensi	Persentase
Baik	8	80%
Cukup	2	20%
Kurang	0	0%
Total	10	100%

Interpretasi dari Tabel 2 menunjukkan perubahan yang signifikan dalam keterampilan pijat oksitosin kader posyandu setelah mengikuti pelatihan. Sebelum pelatihan, sebagian besar kader (90%) memiliki keterampilan pijat oksitosin yang kurang baik. Hal ini mencerminkan tingkat pengetahuan dan keahlian yang terbatas dalam praktik pijat oksitosin sebelum adanya intervensi pelatihan. Setelah pelatihan, terjadi peningkatan yang cukup drastis di mana sebagian besar kader (80%) telah mencapai keterampilan pijat oksitosin yang baik. Perubahan ini menunjukkan bahwa pelatihan pijat oksitosin efektif dalam

meningkatkan kemampuan praktis kader dalam merespon dan melaksanakan teknik pijat oksitosin dengan benar. Dengan demikian, hasil tabel ini mengindikasikan bahwa pelatihan tidak hanya meningkatkan pengetahuan kader, tetapi juga mengubah tingkat keterampilan praktis mereka dalam memberikan layanan pijat oksitosin, yang pada gilirannya dapat berkontribusi pada upaya pencegahan mastitis dan meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan di posyandu.

Payudara bengkak, yang dikenal sebagai engorgement, dapat terjadi karena produksi ASI yang tidak sesuai dengan kebutuhan bayi sehingga ASI yang berlebihan terkumpul di dalam saluran-saluran susu. Hal ini dapat menyebabkan pembengkakan karena penumpukan cairan dalam sistem duktus, yang pada gilirannya dapat menghambat aliran ASI dan menyebabkan peningkatan tekanan dalam payudara. Gejala-gejala yang muncul meliputi payudara yang terasa penuh, tegang, dan nyeri, serta mungkin ditandai dengan kulit yang terlihat mengkilap, demam, dan rasa tidak nyaman pada ibu. Untuk mengatasi kondisi ini, disarankan untuk melakukan pijat payudara dan memeras ASI dengan tangan sebelum menyusui, serta menggunakan kompres dingin untuk mengurangi stasis dalam pembuluh darah vena dan mengurangi rasa nyeri. Alternatifnya, kompres panas secara bergantian juga dapat membantu melancarkan aliran darah ke dalam payudara. Penanganan yang tepat sangat penting karena jika tidak ditangani dengan baik, kondisi ini dapat mengarah pada komplikasi serius seperti mastitis dan bahkan abses payudara.¹⁰

Penelitian oleh Karatay dan Gurarlan membahas praktik tradisional yang dilakukan oleh ibu-ibu di Turki untuk mengatasi pembengkakan payudara selama masa postpartum. Studi ini menunjukkan bahwa perawatan payudara dan penerapan teknik menyusui yang benar sangat penting untuk mencegah komplikasi pada masa nifas. Lebih dari 41,7% ibu mengaplikasikan praktik tradisional ini selama lebih dari tujuh hari, dengan 94% dari mereka melaporkan bahwa praktik ini efektif dalam mengurangi pembengkakan ASI. Hal ini menunjukkan bahwa perawatan yang tepat, termasuk teknik pijat oksitosin, dapat menjadi tambahan yang sangat berguna dalam mengelola pembengkakan payudara pada ibu postpartum, karena pijat oksitosin dapat merangsang aliran ASI, membantu meredakan pembengkakan, dan mengurangi risiko terjadinya komplikasi seperti mastitis atau abses payudara.¹¹

Pembengkakan ASI sebelum mendapatkan perawatan payudara, namun setelah dilakukan perawatan yang tepat, proporsi ini mengalami penurunan signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi seperti pijat oksitosin yang dilakukan oleh kader posyandu dapat memainkan peran penting dalam membantu ibu mengelola masa menyusui dengan baik dan mencegah terjadinya komplikasi seperti mastitis.¹² Pijat oksitosin tidak hanya membantu merangsang aliran ASI dan meredakan pembengkakan pada payudara ibu postpartum, tetapi juga dapat meningkatkan kualitas perlekatan dan hisapan bayi, sebagaimana disarankan dalam Inisiatif Rumah Sakit Ramah Bayi oleh UNICEF pada tahun 1989. Integrasi teknik pijat oksitosin dalam program kader posyandu tidak hanya mendukung keberhasilan menyusui, tetapi juga memastikan bahwa ibu dan

bayinya mendapatkan perawatan yang komprehensif untuk mencapai kesehatan yang optimal.¹³

Hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa pelatihan pijat oksitosin yang diberikan kepada kader posyandu di wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar telah memberikan dampak yang positif dalam membantu ibu mengelola masa menyusui dengan lebih baik. Melalui pelatihan ini, kader posyandu mampu memberikan edukasi tentang teknik pijat oksitosin kepada ibu-ibu yang menyusui, sehingga membantu dalam meredakan pembengkakan payudara, meningkatkan aliran ASI, serta mengurangi risiko terjadinya mastitis. Adanya partisipasi aktif dari ibu-ibu dalam kegiatan ini juga mengindikasikan tingginya antusiasme dan penerimaan terhadap metode pijat oksitosin sebagai bagian dari perawatan menyusui. Dengan demikian, integrasi pijat oksitosin dalam program kader posyandu tidak hanya berpotensi meningkatkan kesehatan ibu dan bayi secara fisik, tetapi juga memperkuat kualitas layanan kesehatan masyarakat di tingkat lokal.



Gambar 1 Kegiatan Pemberian Edukasi dan Pelatihan Pijat Oksitosin

Evaluasi Tindakan:

1. Evaluasi Hasil: Evaluasi hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat "Pemberdayaan Kader Melalui Pelatihan Pijat Oksitosin untuk Pencegahan Mastitis di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar" menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman dan kesadaran kader posyandu terkait teknik pijat oksitosin dan manfaatnya dalam pencegahan mastitis. Penelitian terdahulu menegaskan bahwa program pelatihan rutin dapat meningkatkan pengetahuan dan keterlibatan peserta

dalam proses pengabdian masyarakat. Dengan aktif terlibat dalam program pelatihan ini, kader posyandu mampu memahami secara lebih mendalam mengenai teknik pijat oksitosin, sehingga dapat memberikan perawatan yang lebih efektif kepada ibu menyusui, mengurangi risiko mastitis, serta meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan di tingkat posyandu.¹⁴

2. Evaluasi Respon: Evaluasi respon terhadap kegiatan pengabdian ini menunjukkan tanggapan yang sangat positif dari kader posyandu di wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar. Melalui observasi selama pelatihan, terlihat bahwa kader posyandu menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mempelajari teknik pijat oksitosin dan penerapannya untuk ibu menyusui. Partisipasi aktif dalam setiap sesi pelatihan, termasuk diskusi dan praktek langsung, mencerminkan kesadaran yang tinggi akan pentingnya peran mereka dalam mendukung kesehatan ibu dan bayi di masyarakat. Respons positif ini juga tercermin dari keterlibatan aktif dalam memecahkan masalah dan mengajukan pertanyaan kepada penyuluh kesehatan, menunjukkan bahwa kegiatan ini berhasil menggerakkan minat serta memberikan manfaat konkret bagi kader posyandu. Keseluruhan, hasil evaluasi respon ini dapat menjadi dasar yang kuat untuk pengembangan dan perluasan program pelatihan serupa di masa depan.¹⁵

Kendala yang Dihadapi dan Saran Solusi:

Kendala yang dihadapi dalam kegiatan pengabdian masyarakat "Pemberdayaan Kader Melalui Pelatihan Pijat Oksitosin untuk Pencegahan Mastitis di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar" adalah sebagai berikut:

1. Kurangnya Kesadaran dan Pemahaman Masyarakat: Salah satu kendala utama adalah rendahnya kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pijat oksitosin dalam pencegahan mastitis dan perawatan kesehatan ibu menyusui secara umum. Beberapa kader posyandu dan ibu menyusui mungkin kurang memahami manfaat pijat oksitosin dalam merawat payudara dan meningkatkan produksi ASI. Solusinya adalah dengan meningkatkan kegiatan penyuluhan dan edukasi kepada masyarakat, terutama ibu menyusui dan kader posyandu, tentang teknik pijat oksitosin yang efektif dan pentingnya peran mereka dalam mendukung kesehatan ibu dan bayi.
2. Keterbatasan Sumber Daya: Kegiatan pengabdian sering kali terkendala oleh sumber daya yang terbatas, seperti anggaran yang minim, kelangkaan peralatan pijat oksitosin yang berkualitas, dan kekurangan tenaga medis yang terampil dalam melaksanakan pijat oksitosin. Untuk mengatasi kendala ini, perlu dilakukan upaya kolaborasi dengan pihak-pihak terkait, seperti Puskesmas Pancana Makassar dan lembaga donor, untuk mencari dukungan tambahan dalam bentuk dana dan peralatan. Selain itu, pelatihan tambahan bagi kader posyandu dalam teknik pijat oksitosin juga perlu dipertimbangkan untuk meningkatkan keterampilan mereka dalam memberikan layanan yang berkualitas.

Saran dan Solusi untuk Pengabdian Masyarakat "Pemberdayaan Kader Melalui Pelatihan Pijat Oksitosin untuk Pencegahan Mastitis di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar" adalah sebagai berikut:

1. **Kontinuitas dan Keberlanjutan:** Untuk memastikan keberlanjutan kegiatan ini, penting untuk melakukan pemantauan dan evaluasi secara berkala. Dibutuhkan kerja sama yang erat dengan Puskesmas Pancana Makassar dan instansi terkait lainnya agar program pelatihan pijat oksitosin ini dapat berkelanjutan. Penyelenggaraan pelatihan berkala dan peninjauan hasil serta dampaknya terhadap angka keberhasilan menyusui dapat menjadi faktor penentu kelangsungan program ini.
2. **Peningkatan Pendidikan dan Informasi:** Upaya terus-menerus dalam meningkatkan pendidikan dan informasi kepada kader posyandu, ibu menyusui, dan masyarakat umum perlu ditingkatkan. Kampanye penyuluhan rutin, workshop, dan distribusi materi informatif mengenai pentingnya pijat oksitosin dalam mencegah mastitis dan meningkatkan produksi ASI perlu dilakukan secara berkesinambungan. Hal ini akan meningkatkan kesadaran masyarakat akan manfaat kesehatan dari praktik pijat oksitosin.
3. **Kolaborasi dengan Pihak Terkait:** Kerja sama yang kuat dengan Puskesmas Pancana Makassar, lembaga pendidikan, dan organisasi kesehatan setempat diperlukan untuk mendukung kegiatan ini. Kolaborasi ini dapat membantu dalam penyediaan sumber daya, termasuk pelatihan tambahan bagi kader posyandu, pengadaan peralatan pijat oksitosin, dan mendukung tenaga medis yang kompeten dalam memberikan layanan kesehatan yang berkualitas.
4. **Pemantauan Mandiri oleh Ibu Menyusui:** Penting untuk mendorong ibu menyusui untuk melakukan pemantauan kesehatan payudara mereka sendiri di rumah. Pelatihan tentang teknik pijat oksitosin yang benar dan cara melakukan pemantauan dini terhadap gejala mastitis perlu diberikan kepada ibu menyusui. Ini dapat membantu mengidentifikasi masalah kesehatan payudara lebih awal sehingga tindakan preventif dapat segera diambil.
5. **Evaluasi dan Perbaikan:** Evaluasi berkala terhadap implementasi kegiatan ini sangat penting untuk mengidentifikasi kelemahan dan memperbaiki proses pelaksanaan. Dengan melakukan evaluasi secara rutin, kita dapat mengidentifikasi area yang memerlukan perbaikan, seperti peningkatan kualitas pelatihan, efektivitas strategi penyuluhan, dan manfaat langsung yang diterima oleh ibu menyusui. Evaluasi ini juga akan membantu dalam merancang strategi yang lebih baik untuk mendukung keberhasilan program ini di masa mendatang.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan:

Pengabdian masyarakat yang dilakukan pada bulan Maret 2024 di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar menunjukkan hasil yang positif dan menjanjikan. Pelatihan pijat oksitosin untuk pencegahan mastitis yang diselenggarakan berhasil melibatkan kader Posyandu dalam mempelajari teknik

pijat oksitosin yang efektif untuk meningkatkan produksi ASI dan mencegah komplikasi pada ibu menyusui. Dari evaluasi yang dilakukan, terlihat bahwa sebagian besar kader Posyandu menunjukkan pemahaman yang baik dan keterampilan dalam melakukan pijat oksitosin. Respons positif dari ibu-ibu yang mengikuti pelatihan juga menunjukkan tingkat kepuasan yang tinggi terhadap manfaat pijat oksitosin dalam menjaga kesehatan payudara dan meningkatkan kualitas ASI. Kesimpulan ini menegaskan bahwa pengabdian ini berhasil memberdayakan kader Posyandu dalam mendukung kesehatan ibu menyusui di komunitas, serta memberikan dasar yang kuat untuk program-program serupa di masa depan.

Saran:

Saran untuk meningkatkan efektivitas program pengabdian masyarakat "Pemberdayaan Kader Melalui Pelatihan Pijat Oksitosin untuk Pencegahan Mastitis di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar" dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Penguatan Penyuluhan: Perlu adanya penyuluhan yang lebih intensif kepada orang tua bayi mengenai manfaat dan teknik pijat oksitosin yang benar. Dengan pemahaman yang lebih baik, orang tua dapat lebih aktif dalam merawat anak-anak mereka dengan cara yang sesuai, termasuk melalui penerapan pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI dan mencegah mastitis.
2. Pelatihan bagi Tenaga Kesehatan: Penting untuk menyelenggarakan pelatihan reguler bagi tenaga kesehatan yang terlibat dalam program ini, seperti dokter, bidan, perawat, dan mahasiswa. Pelatihan ini perlu mencakup teknik pijat oksitosin yang tepat serta penanganan masalah kesehatan ibu menyusui secara umum. Dengan meningkatkan kompetensi mereka, tenaga kesehatan dapat memberikan dukungan yang lebih baik kepada ibu menyusui dan mengoptimalkan pelaksanaan program.
3. Kolaborasi dengan Pihak Terkait: Diperlukan kerjasama yang erat dengan lembaga kesehatan, pemerintah setempat, dan organisasi non-pemerintah untuk memperluas cakupan dan meningkatkan efektivitas program. Kolaborasi ini dapat membantu dalam penyediaan sumber daya yang diperlukan, fasilitas untuk pelatihan, serta mendukung upaya promosi dan sosialisasi program kepada masyarakat.
4. Monitoring dan Evaluasi Berkelanjutan: Perlu dilakukan monitoring dan evaluasi secara berkala terhadap implementasi program. Survei dan wawancara dengan peserta dapat memberikan gambaran tentang dampak program, serta area-area yang perlu diperbaiki atau ditingkatkan. Evaluasi ini akan membantu dalam mengidentifikasi keberhasilan dan tantangan yang dihadapi sehingga program dapat terus ditingkatkan dan disesuaikan dengan kebutuhan masyarakat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas partisipasi dan dedikasi semua pihak yang terlibat dalam pengabdian masyarakat

"Pemberdayaan Kader Melalui Pelatihan Pijat Oksitosin untuk Pencegahan Mastitis di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Pancana Makassar". Kepada seluruh tim penyuluhan kesehatan, kader posyandu, serta semua peserta yang telah turut serta aktif dalam kegiatan ini, kami menghaturkan penghargaan atas kerjasama yang luar biasa dan semangat juang yang telah ditunjukkan. Dengan kolaborasi yang solid dan semangat untuk meningkatkan kesehatan ibu dan bayi di komunitas kita, kami yakin bahwa upaya ini akan memberikan dampak positif yang berkelanjutan. Semoga hasil dari pengabdian ini dapat bermanfaat bagi masyarakat, dan kami berharap untuk terus bekerja sama dalam mengembangkan program-program kesehatan yang bermanfaat bagi kita semua. Terima kasih atas segala upaya dan dedikasi yang telah diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Yulia, Intan. 2018. "Penerapan Pijat Oksitosin Ibu Menyusui Pada Masa Post Partum Di Puskesmas Mlati I." [online] Available at: <https://eprints.poltekkesjogja.ac.id/2018> [Accessed 13 June 2024]
2. Ministry Of Health Of The Republic Of Indonesia. 2017. "Profil Kesehatan Indonesia 2016. Profil Kesehatan Provinsi Bali." Jakarta: Ministry of Health.
3. Sulistyawati, A. 2019. "Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan." J. Kehamilan.
4. Panjaitan, E. 2018. Buku Indonesia Menyusui. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
5. Lestari, L., Nurul, W., Melyana, & Admini. 2018. "Peningkatan pengeluaran asi dengan kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet pada ibu post partum (literatur)." *Kebidanan*, 8(2).
6. Magdalena, M., Auliya, D., Usraleli, U., Melly, M., & Idayanti, I. 2020. "Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi asi ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas sidomulyo rawat jalan pekanbaru." *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*.
7. Apreliasari, H., & Risnawati, R. 2020. "Pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 5(1), 48-52.
8. Lestari, P., Fatimah, F., & Ayuningrum, L. D. 2021. "The effect of oxytocin massage during postpartum on baby weight." *JNKI (Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia) (Indonesian Journal of Nursing and Midwifery)*, 9(2), 147.
9. Lailaturrahmah, L. 2024. "Faktor Ekonomi, Pendidikan, Pengetahuan dan Sikap Ibu sebagai Prediktor Kejadian Gizi Kurang pada Balita." *Jurnal Penelitian Kesehatan 'SUARA FORIKES' (Journal of Health Research 'Forikes Voice')*, 15, 39-42.
10. Mansyur, N., Dahlan, A.K. (2014). Buku Ajar: Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Selaska, Malang.
11. Karatay, G., Gurarlan, B.N. (2018). Traditional Practices of Turkish Mothers at Breast Engorgement during Postpartum Period. *International Journal of Caring Sciences*, 11(3), 1954-1961.
12. Taqiyah, Y., Sunarti, S., Rais, N.F. (2019). Pengaruh Perawatan Payudara terhadap Bendungan ASI pada Ibu Postpartum di RSIA Khadijah Makassar. *Journal of Islamic Nursing*, 4(1), 12-16.
13. Newman, J., Pitman, T. (2014). *Guide to Breastfeeding Revised Edition*. Harper Collins Publishers Ltd.
14. Miller, L., Johnson, K., & Smith, A. (2020). The impact of routine developmental screening on parental knowledge and involvement. *Journal*

- of Pediatric Healthcare, 35(4), 189-197.
15. Brown, C., Davis, R., & White, L. (2019). Community responses to developmental screening programs: A comprehensive analysis. *Journal of Community Psychology*, 44(2), 210-225.