

PELATIHAN PIJAT LAKTASI BAGI KADER DI KELURAHAN TUAH KARYA WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIDOMULYO KOTA PEKANBARU TAHUN 2021

Septi Indah Permata Sari¹, Juraida Roito HRP², Siska Helina³

^{1,2}Poltekkes Kemenkes Riau, Poltekkes Kemenkes Riau

³Program Studi D-IV Kebidanan, Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Riau

E-mail korespondensi: septi@pkr.ac.id

ABSTRACT

The presentation of exclusive breastfeeding in Indonesia in 2018 was 65.16%, this figure is still below the national target of 80%. Based on data from the Pekanbaru City Health Office in 2018, that exclusive breastfeeding coverage in Pekanbaru was 50.70% and the lowest exclusive breastfeeding coverage was in the working area of the Sidomulyo Health Center, which was 26.98. Based on a study conducted by Amalia (2019) at the Sidomulyo Health Center, Tampan District, of 789 infants aged 0-5 months recorded at the Sidomulyo Health Center, only 219 (27.75%) babies received exclusive breastfeeding. In the working area of the Sidomulyo Public Health Center itself, it consists of 3 sub-districts, of the 3 existing urban villages, the Tuah Karya sub-district has the lowest coverage, which is 33.9%. The purpose of this community service is to provide lactation massage training for cadres as an effort to increase the coverage of exclusive breastfeeding. Face-to-face activities were carried out 6 times. Each activity was carried out according to the schedule that had been prepared, namely, the first meeting was conducted to create a What's App Group and shared perceptions, at this meeting it was also agreed that the time would be used for training. At Meeting 2, pre-test and sharing activities were carried out with cadres and the Puskesmas. At the 3rd and 4th Meetings, the material was given on Lactation Management and Lactation Massage. At the 5th meeting, massage training was conducted. And for Meeting 6 the evaluation was carried out offline to assess the final ability of the cadres and a Post Test was carried out. The result of the activity is that the average knowledge of cadres has increased from 59.28 (SD 9.168) to 81.66 (SD 8.346). This means that there is an increase in the knowledge of cadres after being given training on lactation massage. Evaluation is carried out by cadres doing lactation massage to fellow cadres. From the evaluation carried out, it can be seen that the Cadre can do lactation massage in the Good category based on the results of the assessment using a checklist

Keywords: Training, Cadre, Lactation Massage, ASI

ABSTRAK

Presentasi pemberian ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2018 yaitu sebesar 65,16%, angka tersebut masih berada di bawah target nasional yaitu sebesar 80%. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru tahun 2018, bahwa cakupan ASI eksklusif Pekanbaru sebesar 50,70% dan cakupan ASI eksklusif yang terendah terdapat di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo yaitu sebanyak 26,98. Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Amalia (2019) di Puskesmas Sidomulyo Kecamatan Tampan, dari 789 bayi usia 0-5 bulan yang terdata di Puskesmas Sidomulyo, yang mendapatkan ASI eksklusif hanya 219 (27.75%) bayi. Di wilayah kerja puskesmas Sidomulyo sendiri terdiri dari 3 Kelurahan, dari 3 kelurahan yang ada,

Kelurahan Tuah Karya memiliki cakupan terendah, yaitu 33,9%. Tujuan dari Pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan pelatihan pijat laktasi bagi kader sebagai upaya dalam meningkatkan cakupan ASI Eksklusif. Kegiatan tatap muka dilakukan sebanyak 6 kali. Setiap kegiatan dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang telah disusun yaitu pertemuan pertama dilakukan pembuatan Grup Whats App dan persamaan persepsi, pada pertemuan ini juga disepakati waktu-waktu yang akan digunakan untuk pelatihan.

Pada Pertemuan 2 dilaksanakan kegiatan Pre test dan sharing-sharing dengan kader dan pihak Puskesmas. Pada Pertemuan ke 3 dan 4 dilaksanakan pemberian materi tentang Manajemen Laktasi dan Pijat Laktasi. Pada pertemuan 5 dilakukan Pelatihan Pijat. Dan Untuk Pertemuan 6 evaluasi dilakukan secara luring untuk menilai kemampuan akhir dari kader serta dilakukan Post Test. Hasil dari kegiatan adalah bahwa rata-rata pengetahuan kader mengalami peningkatan dari yang awalnya 59,28 (SD 9,168) menjadi 81,66 (SD 8,346). Artinya ada peningkatan pengetahuan kader setelah diberikan Pelatihan tentang Pijat Laktasi. Evaluasi dilaksanakan dengan cara Kader melakukan pijat laktasi kepada sesama kader. Dari evaluasi yang dilakukan terlihat bahwa Kader mampu melakukan pijat laktasi dengan kategori Baik berdasarkan hasil penilaian menggunakan lembar ceklis

Kata Kunci : Healing Touch, Kecemasan kehamilan, kecemasan persalinan

PENDAHULUAN

ASI merupakan makanan yang sempurna untuk bayi. Kandungan gizi yang tinggi dan adanya zat kebal didalamnya membuat ASI tidak tergantikan oleh susu formula yang paling mahal sekalipun (Yuliarti, 2010). ASI eksklusif merupakan satu-satunya makanan tunggal bagi bayi hingga berusia 6 bulan. ASI cukup mengandung seluruh zat gizi yang dibutuhkan oleh bayi. ASI merupakan pilihan yang terbaik bagi bayi karena didalamnya mengandung antibodi dan lebih dari 100 jenis zat gizi, seperti *Arachidonic Acid* (AA), *Decosahexanoic Acid* (DHA), *taurin* dan *spingomyelin* yang tidak terdapat dalam susu sapi, sehingga tidak ada alasan bagi sang ibu untuk tidak menyusui. (Yuliarti, 2010).

Data WHO tahun 2014 menunjukkan cakupan ASI eksklusif dunia masih sangat rendah yaitu 38%. Target ke lima WHO di tahun 2025 yaitu meningkatkan pemberian ASI eksklusif dalam 6 bulan pertama sampai paling sedikit 50%. Berdasarkan data yang diperoleh dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan tahun 2018 masih 65,16% artinya cakupannya masih kurang dari target yang diberikan yaitu sebesar 80% (Kemenkes RI, 2018). Dari 34 Provinsi yang ada di Indonesia, masih ada enam Provinsi dinyatakan belum berhasil mencapai target yaitu DKI Jakarta sebesar 45,29%, Jawa Tengah 45,21%, Banten 39,31%, Sulawesi Selatan 38,69%, Gorontalo 30,71%, dan Riau 35,01% (Profil Kesehatan Indonesia, 2018). Bila dilihat data tiga tahun terakhir, cakupan pemberian ASI eksklusifnya terlihat tidak ada kemajuan berarti, yaitu hanya sebesar 29,05 % di tahun 2017, dan 35,01% di tahun 2018 (Dinas Kesehatan Provinsi Riau, 2018).

Berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah dalam rangka meningkatkan cakupan menyusui secara eksklusif yang dimuat dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 tentang pemberian ASI eksklusif pasal 6 berbunyi setiap ibu yang melahirkan harus memberikan ASI eksklusif kepada bayi yang dilahirkannya. UU Nomor 36/2009 pasal 128 ayat 2 dan 3 disebutkan bahwa selama pemberian ASI, pihak keluarga, pemerintah daerah dan masyarakat harus mendukung ibu secara penuh.

Faktor penyebab putusnya pemberian ASI eksklusif sangat banyak ditemukan, tetapi dengan terbatasnya jumlah tenaga kesehatan, kasus-kasus yang ada tidak bisa diselesaikan

satu-persatu. Oleh karena itu butuh bantuan dari pihak lain untuk menyelesaikan masalah yang ada. Peran serta Kader Kesehatan untuk membantu tenaga kesehatan guna menyukkseskan program pemerintah terkait meningkatkan cakupan ASI Eksklusif sangat diperlukan. Sebagaimana yang kita ketahui bahwa kader merupakan orang yang terjun langsung didalam masyarakat dan merupakan bagian dari masyarakat itu sendiri, sehingga seorang kader juga memiliki tanggung jawab untuk ikut menjaga Kesehatan masyarakatnya (Muslihatun, 2011).

Metode baru yang diperkenalkan untuk mencegah dan mengatasi permasalahan dalam mengASI yaitu dengan melakukan pijat laktasi. Pijat laktasi adalah tehnik pemijatan yang dilakukan pada daerah kepala atau leher, punggung, tulang belakang, dan payudara yang bertujuan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon yang berperan dalam produksi ASI adalah hormon prolaktin dan oksitosin saat terjadi stimulasi sel-sel alveoli pada kelenjar payudara berkontraksi, dengan adanya kontraksi menyebabkan air susu keluar dan mengalir kedalam saluran kecil payudara sehingga keluar tetesan susu dari puting dan masuk kedalam mulut bayi yang disebut dengan *let down reflek*. Pijat ini memiliki manfaat melancarkan saluran ASI yang tersumbat, mencegah payudara sakit ketika menyusui, meningkatkan kualitas dan kwantitas ASI, membuat ibu rileks, merawat payudara dan mencegah terjadinya masalah saat menyusui (Indriyani, Asmuji, & Wahyuni, 2016).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru tahun 2018, bahwa cakupan ASI eksklusif Pekanbaru sebesar 50,70% dan cakupan ASI eksklusif yang terendah terdapat di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo yaitu sebanyak 26,98 yang turun dari tahun 2017 yaitu sebanyak 30,56%. Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Amalia (2019) di Puskesmas Sidomulyo Kecamatan Tampan, dari 789 bayi usia 0-5 bulan yang terdata di Puskesmas Sidomulyo, yang mendapatkan ASI eksklusif hanya 219 (27.75%) bayi dan 570 (72.24%). Di wilayah kerja puskesmas Sidomulyo sendiri terdiri dari 3 Kelurahan, yaitu Kelurahan Tuah Karya, Tuah Madani dan Selang Munggu. Dari 3 Kelurahan yang ada, Kelurahan Tuah Karya memiliki cakupan terendah, yaitu 33,9% dibandingkan Kelurahan Tuah Madani 48,9% dan Kelurahan Selang Munggu 44,7%. Oleh karena itu pengabdian masyarakat ini akan dilakukan di Kelurahan Tuah Karya.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang Pelatihan Pijat Laktasi Bagi Kader Di Kelurahan Tuah Karya Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Kota Pekanbaru Tahun 2021 telah dilaksanakan melalui beberapa tahapan yaitu

1. Tahap Persiapan

Pada tahapan persiapan tim pengabmas melakukan penjajakan dan mencari informasi yang berkaitan dengan kegiatan yang akan dilakukan Kota Pekanbaru. Mengurus Surat dari Poltekkes Kemnkes Riau, Mengurus Perizinan ke Dinas Kota Pekanbaru, Meneruskan surat ke Puskesmas Sidomulyo, menghubungi Kader yang bersedia mengikuti pelatihan Pijat Laktasi dengan berkomitmen mengikuti kegiatan secara terus-menerus. Meneruskan mengurus permohonan izin, menandatangani informed concent, kontrak waktu, membuat grup WA serta pembuatan buku panduan pijat laktasi bagi Kader dan bahan sosialisasi.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan melakukan pengukuran pengetahuan awal (pre test) tentang tentang ASI dan Pijat Laktasi. Setelah dilakukan pengukuran pengetahuan awal kemudian melakukan review materi-materi tentang ASI dan Pijat Laktasi selama 2 kali pertemuan. Setelah itu dilakukan pelatihan

Pijat Laktasi yang dilakukan selama 1 kali pertemuan dan dilanjutkan dengan Praktik secara mandiri dengan anggota keluarga hingga pertemuan berikutnya. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan secara Luring di Aula Pertemuan Lantai 2 Puskesmas Sidomulyo dengan tetap menerapkan Protokol Kesehatan.

a. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan cara melakukan Post test terhadap pengetahuan tentang ASI dan pijat laktasi, selanjutnya dilakukan evaluasi keterampilan praktik pijat laktasi. Monitoring evaluasi dilaksanakan oleh tim pengabmas, tim reviewer dan tim monev dari Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (P3M) Poltekkes Riau secara daring dan luring. Kegiatan selanjutnya yaitu pengolahan data. Data yang sudah didapatkan selama melakukan kegiatan diolah dan dianalisa berupa persentase dan rata-rata.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan Pelatihan Pijat Laktasi Bagi Kader Di Kelurahan Tuah Karya Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Kota Pekanbaru dapat dilihat pada tabel-tabel berikut.

Tabel 3.1

Hasil Pre Test Pengetahuan Kader Tentang Manajemen Laktasi dan Pijat Laktasi di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Tahun 2021

Variabel	N	Mean	SD	Min - Max
Pre Test	12	59.28	9.168	40 - 70
Post Test	12	81,66	8.346	70 - 90

Berdasarkan tabel 3.1 diketahui bahwa rata-rata pengetahuan dari 12 orang responden tentang ASI dan Pijat Laktasi pada pretest terendah 40 dan pretest tertinggi 70. Sedangkan pada Posttest nilai terendah 70 dan nilai tertinggi 90.

Tabel 3.2.

Perbandingan rata-rata nilai Pengetahuan Bidan tentang Manajemen Laktasi dan Pijat Laktasi di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Tahun 2021

Nama	Pre Test	Post Test
Kader 1	60	80
Kader 2	70	90
Kader 3	50	70
Kader 4	60	80
Kader 5	50	70
Kader 6	50	70
Kader 7	60	90
Kader 8	70	90
Kader 9	60	80
Kader 10	70	90
Kader 11	40	80
Kader 12	70	90
Rata-Rata	59,28	81,66

Pada tabel 3.2 diketahui bahwa rata-rata pengetahuan responden tentang ASI dan Pijat Laktasi meingkat dari yang awalnya 59.28 (SD 9.168) menjadi 81,66 (SD 8.346) dengan nilai post test terendah 70 dan tertinggi 90.

Tabel 3.3.

Gambaran Kemampuan Penerapan Pijat Laktasi Setelah Dilakukan Pelatihan

No	Nama	Nilai
1.	Kader 1	76
2.	Kader 2	83
3.	Kader 3	69
4.	Kader 4	75
5.	Kader 5	77
6.	Kader 6	80
7.	Kader 7	82
8.	Kader 8	79
9.	Kader 9	83
10	Kader 10	88
11.	Kader 11	83
12.	Kader 12	86
Rata-rata		80.08

Pada tabel 4.3 dapat dilihat bahwa rata – rata keterampilan kader dalam melakukan pemijatan sebesar 80.08 yang termasuk dalam kategori Baik.

Hasil analisis dari pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan adanya perbedaan antara pengetahuan sebelum dilaksanakan pelatihan dan sesudah dilaksanakan pelatihan. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku seseorang adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan. Dengan memberikan Pendidikan maka pengetahuan akan meningkat sehingga akan timbul kesadaran pada individu atau masyarakat untuk berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya. Meningkatnya pengetahuan seseorang juga dipengaruhi oleh faktor metode, media/alat peraga (Syarifudin Dkk, 2011).

Banyak hal yang mempengaruhi berhasilnya proses menyusui, banyak kendala-kendala yang dihadapi oleh para “busui” dalam memberikan ASInya, seperti ASI yang hanya keluar sedikit, puting susu lecet, bengkak dan masih banyak lainnya. Pijat laktasi merupakan suatu terobosan baru dalam menangani masalah-masalah seputar mengASI. Pijat laktasi adalah teknik pemijatan yang dilakukan pada daerah kepala atau leher, punggung, tulang belakang, dan payudara yang bertujuan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin. Pijat ini memiliki manfaat melancarkan saluran ASI yang tersumbat, mencegah payudara sakit ketika menyusui, meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI, membuat ibu rileks, merawat payudara dan mencegah terjadinya masalah saat menyusui. Keunggulan treatment ini adalah menekan kelenjar pada seluruh tubuh yang dapat menstimulasi pusat hormon di otak sehingga meningkatkan produksi. ASI. Pijat laktasi ini masih relative baru tapi sangat efektif untuk melancarkan pengeluaran ASI. Pijatan ini merupan Teknik pijatan yang menggabungkan bebrapa pijatan diantaranya pijat oksitosin, pijat arugaan, pijat eflurage, pijat marmet, dan akupresure serta perawatan payudara.

Hasil Pengabdian kepada Masyarakat Sari, ddk (2020) bahwa dengan adanya pelatihan akan meningkatkan keterampilan dalam memberikan pelayanan kepada masyarakat. Pelatihan

merupakan aktivitas utama selama fase implementasi suatu program kesehatan. Selama implementasi pelatihan bertujuan untuk memelihara dan membangun perilaku yang sangat penting dalam kelangsungan program, maka pelatihan akan mengarah kepada perolehan keterampilan.

Hasil pengabdian masyarakat ini bermanfaat terhadap perubahan pengetahuan kader karena dalam proses pelaksanaan Pengabdian ini peserta pelatihan diberikan pendidikan kesehatan serta pelatihan. Para peserta sangat antusias untuk mengikuti setiap pertemuan dan bertanya tentang hal-hal yang tidak diketahui ataupun mitos-mitos dimasyarakat sekitar menyusui. Evaluasi dilaksanakan dengan cara Kader melakukan praktik pijat laktasi kepada sesama kader. Dari evaluasi yang dilakukan terlihat bahwa kader sudah terampil melaksanakan pijat laktasi. Pada pengabdian masyarakat ini telah didapatkan hasil bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dan sebuah Modul Pelatihan Bagi Kader yang telah di daftarkan sebagai Hak Cipta Yang Dilindungi Undang Undang.



Gambar 1 : Sosialisai, Pemberian Materi, Pelatihan dan Evaluasi Pelatihan Pijat Laktasi Bagi Kader

KESIMPULAN

Dari kegiatan Pengabdian kepada masyarakat tentang sosialisasi dan penerapan metode *Healing Touch* oleh bidan di Bidan Praktik Mandiri Kota Pekanbaru dapat disimpulkan (1) Terdapat peningkatan pengetahuan kader tentang manajemen laktasi dan pijat laktasi sebelum dan setelah diberikan pelatihan, (2) Kader mampu melakukan pijat laktasi dengan kategori Baik berdasarkan hasil penilaian menggunakan lembar ceklis dengan nilai rata-rata 80.08. Disarankan kepada Kader agar dapat secara rutin mempraktikkan pijat laktasi agar semakin menguasai. Pelaksanaan pijat laktasi lebih baik dilakukan langsung dengan Ibu Menyusui agar lebih tepat sasaran dengan menerapkan protocol kesehatan yang ketat.

DAFTAR PUSTAKA

- _____, Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif Arief, N. (2009). *ASI dan Tumbuh Kembang Bayi*. Yogyakarta : Medpress.
- Depkes RI. (2018). Profil Kesehatan Indonesia 2018
- Departemen Kesehatan RI. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI: 2009.
- Indriani, D., Asmuji., & Wahyuni, S. (2016). *Edukasi Postnatal*. Jakarta : Trans Medika.
- Muslihatun, Wafi Nur. 2010. Asuhan Neonatus Bayi dan Balita. Yogyakarta : Penerbit Fitramaya.
- Sari, Septi Indah Permata, Roito, Juraida Hrp, Helina, Siska. 2020. Pelatihan Pijat Laktasi Bagi Bidan Di Kota Pekanbaru : ABDIKEMAS.
- Syarifudin. 2011. Manajemen Pendidikan. Jakarta: Diadit Media.
- World Health Organization (WHO). *The Benefits Of Breastfeeding*. Amerika: WHO; 2010.
- Yuliarti, N. (2010). *Keajaiban ASI Makanan Terbaik Untuk Kesehatan Kecerdasan Dan Kelincahan Si Kecil*. Yogyakarta : C.V Andi Offset.