

## EDUKASI CARA PENINGKATAN PRODUKSI ASI DAN PIJAT OKSITOSIN PADA IBU BAYI 0-1 TAHUN DALAM RANGKA PENINGKATAN CAKUPAN ASI SAMPAI 2 TAHUN

Noviyati Rahardjo Putri<sup>1</sup>, Disa Larasati<sup>2\*</sup>, Yesika Cahya Septiana<sup>3</sup>, Caroline Dharmawan<sup>4</sup>, Riza Amalia<sup>5</sup>

<sup>1-4</sup>Prodi Kebidanan, Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret

<sup>5</sup>Poltekkes Kemenkes Semarang, DIII Kebidanan Purwokerto

Email Korespondensi: disalarasati\_23@student.uns.ac.id

Disubmit: 28 November 2023

Diterima: 28 Desember 2023

Diterbitkan: 01 Februari 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i2.13153>

### ABSTRAK

ASI merupakan makanan alami terbaik dengan kandungan lengkap untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan energi bayi. Manfaatnya dapat memberikan imunitas bawaan dari ibu sehingga bayi mendapat perlindungan dari berbagai infeksi. Salah satu masalah yang sering terjadi pada ibu menyusui yaitu ketidaklancaran produksi ASI. Beberapa ibu cemas dan beranggapan ASI yang diproduksi hanya sedikit yang menyebabkan frekuensi menyusui berkurang bahkan berhenti. Hal tersebut akan mengakibatkan rangsangan pada hormon prolaktin dan oksitosin turun sehingga produksi ASI semakin berkurang. Pengetahuan ibu sangat penting untuk mendukung keberhasilan cakupan ASI sampai anak berusia 2 tahun. Tujuan dari kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu dan kader kesehatan tentang pentingnya edukasi tentang pijat oksitosin dan kiat bagaimana meningkatkan produksi ASI bagi ibu bayi 0-1 tahun. Kegiatan ini berupa penyampaian materi dengan menggunakan software *microsoft power point*. Jumlah mitra yang menjadi sasaran adalah ibu bayi (0-1 tahun) sebanyak 5 orang dan 5 orang kader kesehatan. Hasil yang dicapai adalah peningkatan pengetahuan mitra dengan rerata hasil pretest adalah 7,1 dan hasil posttest adalah 9,2. Pengetahuan ibu bayi 0-1 tahun dan kader mengalami peningkatan signifikan. Saran kegiatan pengabdian selanjutnya adalah adanya pendampingan dan edukasi mengenai MPASI sebagai persiapan menghadapi masa berakhirnya ASI eksklusif dan memenuhi kebutuhan makan bayi sesuai dengan tahapan perkembangan usia.

**Kata Kunci:** ASI Booster, Pijat Oksitosin, Bayi, Ibu.

### ABSTRACT

*Breast milk is the best natural food with complete ingredients to meet the nutritional and energy needs of babies. The benefit is that it can provide innate immunity from the mother so that the baby gets protection from various infections. One of the problems that often occurs in breastfeeding mothers is the lack of smooth breast milk production. Some mothers are worried and think that only a small amount of breast milk is produced, which causes the frequency of breastfeeding to decrease or even stop. This will cause stimulation of the hormones prolactin and oxytocin to decrease so that breast milk production*

*decreases. Maternal knowledge is very important to support successful breastfeeding coverage until the child is 2 years old. The aim of this activity is to increase the knowledge of mothers and health workers about the importance of education about oxytocin massage and tips on how to increase breast milk production for mothers of babies 0-1 years old. This activity takes the form of delivering material using Microsoft Power Point software. The number of partners targeted is 5 mothers of babies (0-1 years) and 5 health cadres. Results: The results achieved were an increase in partner knowledge with the average pretest result being 7.1 and posttest result being 9.2. Knowledge of mothers of 0-1 year old babies and cadres has increased significantly. The next recommendation for community service activities is to provide assistance and education regarding MPASI as preparation for the end of exclusive breastfeeding and to meet the baby's food needs according to age development stages.*

**Keywords:** ASI Booster, Oxytocin Massage, Mother, Baby.

## 1. PENDAHULUAN

Di awal kehidupannya, seorang bayi harus mendapatkan asupan ASI dari ibunya. ASI merupakan makanan alami terbaik dengan kandungan lengkap untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan energi bayi. Salah satu manfaatnya dapat memberikan imunitas bawaan dari ibu sehingga bayi mendapat perlindungan dari berbagai infeksi seperti diare, pneumonia, salmonella, stafilokokus, streptokokus, influenza, clostridium tetani, polia, dan colera serta dapat meningkatkan kecerdasan otak (Anjas Sari & Farida, 2020; Chowdhury et al., 2015). Berdasarkan anjuran World Health Organization (WHO), bayi hendaknya diberikan ASI eksklusif selama 6 bulan tanpa tambahan makanan apapun dan dilanjutkan hingga usia 2 tahun atau lebih dengan makanan pendamping ASI (WHO et al., 2010). Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat pesat terjadi di usia 0 - 2 tahun sehingga sangat diperlukan asupan gizi dan nutrisi optimal salah satunya dengan pemberian ASI sampai usia 2 tahun (Ias Oktaviasari & Nugraheni, 2021). Di Indonesia capaian pemberian ASI eksklusif pada bayi kurang dari 6 bulan sebesar 67,96% yang dimana berarti masih terdapat ibu yang tidak memberikan ASI pada bayinya (Kemenkes RI, 2022).

Dalam kurun waktu 2 tahun, adakalanya ibu mengalami beberapa masalah dalam pemberian ASI pada bayinya seperti ketidaklancaran produksi ASI (Rahayu, 2017). Beberapa ibu cemas dan beranggapan bahwa ASI yang diproduksi sedikit atau tidak keluar. Hal tersebut mengakibatkan ibu mengurangi frekuensi menyusui bahkan berhenti menyusui sehingga akan menyebabkan rangsangan pada hormon prolaktin dan oksitosin turun dan produksi ASI berkurang. Salah satu terapi non-farmakologis untuk mengatasi hal tersebut yaitu dengan melakukan pijat oksitosin untuk meningkatkan reflex let down dan memberikan rasa nyaman pada ibu serta dapat mengurangi bendungan ASI. Mekanismenya, dilakukan pemijatan di tulang belakang ibu yang membuat ibu nyaman dan rileks sehingga hormon kortisol (hormone stress) akan berkurang dan produksi hormon oksitosin di hipotalamus tidak terhambat (Wulandari et al., 2019).

Banyak faktor lain yang mempengaruhi ketidaklancaran produksi ASI antara lain status gizi ibu, Inisiasi Menyusu Dini (IMD), berat badan bayi saat lahir, usia kehamilan saat bayi lahir, pemilihan alat kontrasepsi, kebiasaan hidup yang buruk, dukungan keluarga dan pengetahuan ibu sendiri (Hastuti

et al., 2017; Salamah et al., 2019). Ibu menyusui harus memperhatikan gaya hidup sehat dan pola makan dengan asupan nutrisi seimbang seperti mengkonsumsi makanan yang mengandung protein, zat besi, yodium, kalsium dan vitamin D, Vit B serta omega 3 supaya produksi ASI terus meningkat (Marangoni et al., 2016). Pengetahuan ibu sangat penting sehingga edukasi kesehatan dapat dilakukan guna meningkatkan sikap positif dan peran aktif ibu dalam mengambil keputusan mengenai keberhasilan pemberian ASI hingga anak berusia 2 tahun (Yetiani et al., 2020).

Berdasarkan urgensi permasalahan tersebut maka tim pengabdian melakukan pemberian edukasi Cara Peningkatan Produksi ASI dan Pijat Oksitosin pada Ibu Bayi 0-1 tahun dalam Rangka Peningkatan Cakupan ASI sampai 2 Tahun. Tujuan kegiatan ini adalah agar ibu bayi (0-1 tahun) dan kader kesehatan dapat memahami pentingnya pengetahuan peningkatan produksi ASI guna cakupan pemberian ASI 0-2 tahun agar tumbuh kembang optimal.

## 2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Produksi ASI yang tidak lancar pada ibu dengan bayi usia 0-6 bulan terkadang membuat para ibu menjadi stress dan juga khawatir. Hal ini dikarenakan bayi usia 0-6 hanya mendapatkan asupan gizi dari ASI yang diproduksi oleh ibu, jika ASI tidak keluar maka mau tidak mau ibu harus menggantikannya dengan susu formula. Produksi ASI yang tidak lancar juga terkadang menimbulkan ketidaknyamanan pada payudara ibu, payudara ibu menjadi terasa penuh dan juga kadang sampai menimbulkan rasa sakit/nyeri. Maka dari itu salah satu cara untuk mengatasi ASI yang tidak keluar dengan melakukan pijat oksitosin. Selain pijat oksitosin, juga perlu adanya pemahaman ibu bagaimana produksi ASI tetap lancar dengan dilakukannya edukasi. Perlu adanya pendampingan dari kader dan juga tenaga kesehatan terutama bidan untuk membantu ibu mengatasi permasalahan ASI yang tidak lancar, oleh karena itu dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat di RW 18 Ngoresan, Kecamatan Jebres, Kota Surakarta pada tanggal 25 November 2023 pukul 09.00- 10. 00 WIB di Pos Serbaguna RT 03 RW 08. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai cara meningkatkan produksi ASI yang salah satunya dilakukan dengan pemijatan oksitosin.

Rumusan pertanyaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat yaitu:

- Bagaimana gambaran pengetahuan tentang cara peningkatan produksi ASI sebelum pemberian edukasi?
- Apakah terjadi peningkatan pengetahuan tentang cara peningkatan produksi ASI setelah pemberian edukasi?

Gambar peta lokasi kegiatan pengabdian masyarakat ini antara lain :



Gambar 1. Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat

### 3. KAJIAN PUSTAKA

Masalah tidak lancarnya produksi ASI pada ibu merupakan masalah yang sering dijumpai pada masyarakat. Produksi ASI yang tidak lancar akan memberikan dampak buruk baik itu kepada bayi maupun kepada ibu. Faktor-faktor yang mempengaruhi lancarnya produksi ASI diantaranya, perawatan payudara, ketenangan jiwa dan pikiran ibu, isapan anak atau frekuensi menyusui, dan faktor fisiologis lain (MASRINI, 2020). Selama masa menyusui, ibu harus melakukan perawatan payudara. Selain menjaga kebersihan payudara ketika bayi menyusu, perawatan payudara juga bisa mempengaruhi hipofisis untuk memproduksi hormon prolaktin dan hormon oksitosin yang berguna untuk mengoptimalkan produksi ASI. Perawatan payudara yang rutin juga bisa mencegah terjadinya pembengkakan payudara dan puting lecet (Delvina et al., 2022).

Faktor ketenangan jiwa dan pikiran dapat diartikan bahwa ibu menyusui harus menghindari stress yang berlebihan. Semakin rendah tingkat stress ibu maka semakin lancar produksi ASI (Puspita Sari, Azza, dan Rhosma Dewi 2015). Selain itu, ibu menyusui juga perlu untuk istirahat yang cukup setidaknya 7-8 jam per hari (Fatmawati et al., 2019). Frekuensi menyusui dan memompa ASI juga menjadi salah satu faktor memperlancar produksi ASI.

Hal ini berkaitan dengan kerja hormon prolaktin dan hormon oksitosin. Hormon prolaktin berkaitan dengan produksi ASI sedangkan hormon oksitosin berkaitan dengan pengeluaran ASI. Proses menyusui berkaitan dengan reflek prolaktin dan reflek let down. Reflek let down terjadi ketika bayi mulut bayi menghisap puting ibu yang kemudian akan merangsang pembentukan prolaktin pada hipofisis anterior kemudian rangsangan akan dilanjutkan ke hipofisis posterior untuk mengeluarkan hormon oksitosin dan ASI bisa keluar. Dapat disimpulkan, semakin sering frekuensi menyusui ibu maka semakin banyak pengeluaran ASI yang diproduksi (Delvina et al., 2022).

Kelancaran produksi ASI juga dipengaruhi oleh asupan gizi yang dikonsumsi oleh ibu. Hormon prolaktin yang membantu ibu untuk memproduksi ASI berkaitan dengan asupan nutrisi, semakin baik asupan nutrisi maka produksi ASI juga semakin lancar (MASRINI, 2020). Ada beberapa jenis makanan yang bisa meningkatkan produksi ASI diantaranya daun katuk, buah papaya, jantung pisang, kacang, daun kelor, kunyit dan asam jawa. Dari penelitian yang dilakukan pada tahun 2020, 43% responden meningkat produksi ASI nya setelah mengkonsumsi daun katuk (Eka Tri Wulandari dan Priaski Kusuma Wandari 2020). Daun katuk sendiri mengandung nutrisi yang baik untuk memperlancar produksi ASI yaitu protein, serat, vitamin, kalsium, zat besi, fosfor dan magnesium. Daun katuk dapat dikonsumsi dengan dijadikan sayur ataupun kapsul.

Salah satu cara yang sering dilakukan untuk memperlancar produksi ASI adalah pijat oksitosin. Pijat oksitosin dilakukan dengan cara pemijatan pada sepanjang tulang belakang sampai tulang costae kelima-keenam. Pijat oksitosin dapat membantu merangsang produksi hormon oksitosin pada hipofisis posterior yang berfungsi untuk mengeluarkan ASI, sehingga dapat membantu mempercepat pengeluaran ASI. Pijat oksitosin juga akan membantu mengatasi pembengkakan payudara yang menimbulkan rasa nyeri dan juga dapat mengurangi sumbatan ASI (Isnaini dan Diyanti 2015). Dengan dilakukannya pijat oksitosin dengan teratur dapat memperlancar produksi ASI ibu.

Penyampaian pendidikan atau edukasi kepada masyarakat perlu adanya media yang baik sehingga ilmu dapat tersampaikan dengan baik. Association for Educational Communications and Technology (1977) mengartikan media adalah segala bentuk benda atau hal yang digunakan untuk penyampaian informasi. Dalam penyampaian edukasi kepada masyarakat diperlukannya media dan juga alat peraga yang bisa membantu lebih baik dalam pemahaman materi yang diberikan (Kristanto, 2016). Penyuluhan edukasi tentang kesehatan sangat sering menggunakan penyampaian secara oral atau bicara langsung yang dapat dibantu dengan pemakaian LCD proyektor yang digunakan untuk menampilkan power point maupun video. Alat peraga juga menjadi salah satu kunci tersampainya materi kesehatan dengan baik kepada audience.

Pada pemberian edukasi cara peningkatan produksi ASI dan pijat oksitosin digunakan media berupa power point yang ditampilkan melalui LCD proyektor. Pemanfaatan media visual digunakan untuk mendapatkan pemahaman audience yang baik. Pada power point terdapat ilustrasi gambar yang dapat meningkatkan pemahaman audience. Kemudian untuk penyampaian materi pijat oksitosin dilakukan dengan melakukan contoh praktik secara langsung sehingga audience menjadi lebih paham dan ingat bagaimana cara melakukan pemijatan oksitosin dengan benar.

Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah

- a. Mengetahui tingkat gambaran pengetahuan tentang cara peningkatan produksi ASI sebelum pemberian edukasi?
- b. Apakah terjadi peningkatan pengetahuan tentang cara peningkatan produksi ASI setelah pemberian edukasi?

#### 4. METODE

Berdasarkan analisa masalah yang terjadi pada mitra, tim pengabdian membuat kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu dan kader kesehatan tentang pentingnya edukasi tentang pijat oksitosin dan kiat bagaimana meningkatkan produksi ASI bagi ibu bayi 0-1 tahun. Metode pelaksanaan kegiatan ini berupa penyampaian materi dengan menggunakan software *microsoft power point* tentang cara meningkatkan produksi ASI dan praktik pijat oksitosin. Langkah langkah pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat antara lain:

##### a. Tahap Perencanaan

Tahap perencanaan dimulai dengan membuat surat perizinan yang ditujukan kepada ketua RW 18 Ngoresan, Kecamatan Jebres, Kota Surakarta pada 7 hari sebelum pelaksanaan kegiatan. Setelah mendapatkan ijin pelaksanaan kegiatan pada tanggal 25 November 2023 pukul 09.00 - 10.00 WIB di Ruang Serba Guna RW 18 Ngoresan, tim pengabdian melakukan koordinasi dengan kader RW 18 untuk menentukan sasaran langsung yaitu ibu dengan bayi (0-1 tahun) dan kader kesehatan yang aktif di wilayah tersebut. Jumlah sasaran dalam pengabdian masyarakat adalah 5 orang ibu bayi dan 5 orang kader kesehatan. Tim pengabdian (2 dosen dan 3 mahasiswa) melakukan kunjungan di tempat penyuluhan untuk menyiapkan tempat penyuluhan dan materi sesuai dengan kebutuhan dari mitra.

##### b. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan sesuai dengan rencana yang telah ditentukan sebelumnya yaitu tanggal 25 November 2023 pukul 09.00 -

10.00 WIB di Ruang Serba Guna RW 18 Ngoresan. Pada tahapan ini dilakukan edukasi tentang pijat oksitosin dan kiat bagaimana meningkatkan produksi ASI bagi ibu bayi 0-1 tahun dengan menggunakan software microsoft *power point* dan praktik langsung yang dilakukan kurang lebih 1 jam. Pelaksanaan kegiatan pengabdian Masyarakat tersaji pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

TAHAP	KEGIATAN EDUKASI	PEMATERI
Pendahuluan (5 menit)	<ol style="list-style-type: none"> <li>Pembukaan: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Perkenalan diri antara pengabdi dan mitra</li> <li>- Mengkaji permasalahan yang dihadapi ibu dan yang sering ditanyakan pada kader kesehatan</li> <li>- Menanyakan kesediaan ibu dan kader kesehatan</li> </ul> </li> </ol>	Pengabdi
Penyampaian materi (35 menit)	<ol style="list-style-type: none"> <li>Pemberian lembar kuisisioner tingkat Pengetahuan tentang kiat meningkatkan produksi ASI dan praktik pijat oksitosin pada mitra sebanyak 10 soal sebagai <i>pretest</i>.</li> <li>Menjelaskan tentang: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pengertian ASI Eksklusif</li> <li>- Manfaat ASI</li> <li>- Herbalaktagogum</li> <li>- Mekanisme <i>Let Down Reflex</i> dan <i>Prolactin Reflex</i></li> <li>- Pengertian pijat oksitosin</li> <li>- Langkah pijat oksitosin</li> </ul> </li> </ol>	Pengabdi
Penutup (20 menit)	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menyimpulkan materi</li> <li>Evaluasi dengan tanya jawab dan bagaimana kendala ibu selama ini terkait dengan produksi ASI dan praktik pijat dalam peningkatan produksi ASI</li> <li>Pemberian lembar kuisisioner tentang tingkat pengetahuan tentang kiat meningkatkan produksi ASI dan praktik pijat oksitosin sebagai evaluasi pelaksanaan kegiatan (<i>posttest</i>).</li> </ol>	Pengabdi

## 5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### a. Hasil

Tahap kegiatan pengabdian masyarakat dengan edukasi mengenai meningkatkan produksi ASI dan praktik pijat oksitosin terlaksana pada hari Sabtu, 25 November 2022 pukul 09.00 - 10.00 WIB yang diikuti oleh 5 ibu bayi dan 5 orang kader kesehatan di Ruang Serba Guna RW 18, Ngoresan, Kelurahan Jebres, Kota Surakarta. Keberhasilan manajemen

kegiatan dinilai dari adanya dukungan pihak RW 18 dan kader kesehatan dengan memfasilitasi adanya pertemuan pengabdi dengan ibu bayi 0-1 tahun. Kegiatan tersebut dapat berjalan dengan baik karena adanya komitmen ketepatan waktu, tersedianya sarana dan partisipasi aktif dari mitra.



Gambar 2. Penyampaian Materi



Gambar 3. Penyampaian Praktik Pijat Oksitosin



Gambar 4. Foto Bersama Pengabdi dan Mitra

Keberhasilan dari kegiatan edukasi atau penyampaian materi bisa dilihat dari hasil evaluasi yang telah dilakukan kepada mitra. Evaluasi pretest diberikan kepada mitra sebanyak 10 orang sebelum dimulainya penyuluhan. Hasil evaluasi pelaksanaan edukasi dapat dilihat dari perbandingan skor yang diperoleh pada pretest dan posttest antara lain:

**Tabel 2. Evaluasi Keberhasilan Edukasi**

No	Inisial Mitra	Umur (tahun)	Kategori Mitra	Nilai Pretest	Nilai Posttest
1	Ny Y	50	Kader RW 18	7	9
2	Ny F	54	Kader RW 18	7	9
3	Ny Y	55	Kader RW 18	7	9
4	Ny M	42	Kader RW 18	7	9
5	Ny S	49	Kader RW 18	8	9
6	Ny T	40	Ibu Bayi	7	9
7	Ny M	39	Ibu Bayi	7	10
8	Ny T	33	Ibu Bayi	7	10
9	Ny J	32	Ibu Bayi	8	9
10	Ny C	28	Ibu Bayi	6	9
Nilai rata -rata				7,1	9,2
Nilai minimal				6	9
Nilai maksimal				8	10

Berdasarkan tabel 2, didapatkan nilai rata-rata pengetahuan mitra tentang kiat meningkatkan produksi ASI dan praktik pijat oksitosin sebelum dilakukan penyuluhan adalah 7,1 dengan nilai minimal 6 dan maksimal 8. Sedangkan setelah pemberian edukasi selama 1 jam dengan menggunakan media poster didapatkan adanya peningkatan pengetahuan seluruh responden, dimana nilai rata - rata mencapai 9,2 dengan nilai minimal 9 dan nilai maksimal mitra mencapai nilai optimal jumlah kuesioner yaitu 10. Peningkatan hasil pada posttest disimpulkan bahwa mitra mampu menyerap dan memahami edukasi yang diberikan. Materi edukasi yang diberikan antara lain pengertian ASI Eksklusif, manfaat ASI, herbalaktagogum, mekanisme *Let Down Reflex* dan *Prolactin Reflex*, pengertian pijat oksitosin dan langkah pijat oksitosin

#### b. Pembahasan

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi terbaik bagi bayi. ASI merupakan cairan biologis ibu yang memiliki manfaat modulasi fungsi usus pasca kelahiran, pembentukan kekebalan tubuh, dan perkembangan otak. Meskipun menyusui sangat dianjurkan, menyusui mungkin tidak selalu dapat dilakukan, sesuai, atau cukup memadai (Martin et al., 2016). Salah satu kita meningkatkan produksi ASI adalah pemberian nutrisi yang mengandung laktagogum (makanan yang dapat meningkatkan ASI), menjaga kesehatan psikologis ibu, meningkatkan frekuensi menyusui, dan memerah ASI sampai dengan praktik pijat oksitosin (Lisnawati et al., 2023; Purnamasari & Hindiarti, 2020; Yulianto et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Yulita et al., (2020), menggambarkan bahwa upaya peningkatan produksi ASI yang tidak selalu dilakukan oleh ibu yaitu perawatan payudara (80% responden),

mengonsumsi air putih minimal 12 gelas (43,3% responden) dan menyusui bayi sesering mungkin minimal 8 kali dalam 24 jam (23,3%). Sedangkan upaya yang selalu dilakukan adalah menyusui bayi sampai payudara kosong (43,3%) dan mengonsumsi suplemen pelancar ASI dan makanan seimbang (33,3%). Sebanyak 100% responden juga mengeluhkan kadang - kadang merasa cemas dan lelah termasuk cemas akan kecukupan produksi ASI.

Pengabdian Masyarakat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu bayi dan kader tentang cara meningkatkan produksi ASI dan praktik pijat oksitosin. Hasil evaluasi kegiatan didapatkan hasil bahwa edukasi yang telah diberikan mampu dipahami dan diserap informasinya dengan adanya peningkatan rerata, nilai minimal dan maksimal pada skor pengetahuan ibu dan kader tentang cara meningkatkan produksi ASI dan praktik pijat oksitosin. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian dan pengabdian Masyarakat bahwa edukasi/ penyuluhan yang diberikan ke ibu bayi/ balita secara langsung baik dengan pendampingan individu dan kelompok dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman bagaimana meningkatkan produksi ASI (Dwi Wicaksono et al., 2022; Lisnawati et al., 2023; Marlinda et al., 2021; Rosidi & Kadir, 2019; Wardhani et al., 2021). Kader kesehatan juga menjadi sasaran dalam kegiatan pengabdian Masyarakat, karena kader kesehatan merupakan salah satu ujung tombak tokoh masyarakat bidang kesehatan yang dekat dengan komunitas (Prastyoningsih et al., 2022) .

Hasil pengabdian ini diharapkan menjadi informasi bagi tenaga kesehatan, ibu hamil, ibu bayi dan kader dalam menyiapkan diri menghadapi proses menyusui sampai dengan 2 tahun. Persiapan menyusui bayi yang dimulai dari masa kehamilan dengan perawatan payudara, Inisiasi Menyusu Dini, perawatan payudara sampai dengan menjaga kesehatan jasmani dan Rohani merupakan salah satu upaya untuk menyukseskan pemberian ASI eksklusif sampai dengan 2 tahun. Saran kegiatan pengabdian selanjutnya adalah adanya pendampingan dan edukasi mengenai MPASI sebagai persiapan menghadapi masa berakhirnya ASI eksklusif dan memenuhi kebutuhan makan bayi sesuai dengan tahapan perkembangan usia.

## 6. KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat Kegiatan pengabdian masyarakat dengan bentuk edukasi ke ibu bayi (0 - 1 tahun) dan kader kesehatan bertujuan meningkatkan pengetahuan tentang cara meningkatkan produksi ASI dan praktik pijat oksitosin. Peningkatan pengetahuan merupakan hasil dari internalisasi informasi kesehatan yang dilihat dari peningkatan skor pengetahuan pre dan post test. Rerata nilai pre test didapatkan 7,1 dan nilai post test mencapai 9,2 sehingga didapatkan adanya peningkatan. Berdasarkan hasil signifikan yang didapatkan, saran selanjutnya bagi tenaga kesehatan, ibu hamil, ibu bayi dan kader dalam menyiapkan diri menghadapi proses menyusui sampai dengan 2 tahun. Selanjutnya diperlukan adanya pendampingan dan edukasi mengenai MPASI sebagai persiapan menghadapi masa berakhirnya ASI eksklusif dan memenuhi kebutuhan makan bayi sesuai dengan tahapan perkembangan usia.

## 7. DAFTAR PUSTAKA

- Anjas Sari, W., & Farida, S. N. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Manfaat Asi Dengan Pemberian Asi Eksklusif Kabupaten Jombang. *Jpk: Jurnal Penelitian Kesehatan*, 10(1), 6-12. <https://doi.org/10.54040/jpk.v10i1.182>
- Chowdhury, R., Sinha, B., Sankar, M. J., Taneja, S., Bhandari, N., Rollins, N., Bahl, R., & Martines, J. (2015). Breastfeeding And Maternal Health Outcomes: A Systematic Review And Meta-Analysis. In *Acta Paediatrica, International Journal Of Paediatrics* (Vol. 104, Pp. 96-113). <https://doi.org/10.1111/apa.13102>
- Delvina, V., Sari Kasoema, R., Fitri, N., Angraini, M., Kesehatan Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan, F., De Kock Bukittinggi, F., & Korespondensi, E. (2022). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Produksi Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusui* (Vol. 7, Issue 1).
- Dwi Wicaksono, R., Dwilestari, R., & Utami, P. (2022). Pengaruh Edukasi Terhadap Perilaku Pemberian Asi Pada Ibu Bekerja Di Wilayah Kerja Kelurahan Mojosongo. In *Repository Universitas Kusuma Husada*. Universitas Kusuma Husada.
- Eka Tri Wulandari, & Priaski Kusuma Wandari. (2020). Gambaran Penggunaan Herbal Pelancar Asi (Galactagogues) Di Desa Wonosari Kabupaten Pringsewu. *Wellness And Healthy Magazine*, 2(2), 251-258.
- Fatmawati, R., Hidayah, N., Iii, D., & Surakarta, M. (2019). Gambaran Pola Tidur Ibu Nifas. In *Infokes* (Vol. 9, Issue 2).
- Hastuti, P., Tri Wijayanti, I., & Bakti Utama Pati, A. (2017). Analisis Deskriptif Faktor Yang Mempengaruhi Pengeluaran Asi Pada Ibu Nifas Di Desa Sumber Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang. *University Research Colloquium*.
- Ias Oktaviasari, D., & Nugraheni, R. (2021). *Pentingnya Pemberian Asi Eksklusif Dan Mp-Asi Dalam Upaya Mendukung Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 Hpk)*. <http://ojs.lik.ac.id/index.php/jcee>
- Isnaini, N., & Diyanti, R. (2015). Hubungan Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran Asi Di Wilayah Kerja Puskesmas Raja Basa Indah Bandar Lampung Tahun 2015. In *Jurnal Kebidanan* (Vol. 1, Issue 2).
- Kemendes Ri. (2022). Laporan Kinerja Akuntabilitas Pelayanan Pemerintah Kesehatan Masyarakat. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Kristanto, A. (2016). *Media Pembelajaran* (1st Ed., Vol. 1). Bintang Surabaya.
- Lisnawati, N., Purantira, W. P., & Rizkika, A. (2023). Edukasi Pemberian Asi Pada Bayi Yang Baik Dan Benar Pada Ibu Menyusui Melalui Media Booklet. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 6(3), 948-961. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i3.8587>
- Marangoni, F., Cetin, I., Verduci, E., Canzone, G., Giovannini, M., Scollo, P., Corsello, G., & Poli, A. (2016). Maternal Diet And Nutrient Requirements In Pregnancy And Breastfeeding. An Italian Consensus Document. In *Nutrients* (Vol. 8, Issue 10). Mdpi Ag. <https://doi.org/10.3390/nu8100629>
- Marlinda, E., Yusanti, L., & Purnama, Y. (2021). Giving Education And Assistance Of Lactation Preparation To Mrs "Y" G2p1a0 In Independent Midwifery Practice Satiarmi Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 9(1), 24-31.

- Martin, C. R., Ling, P.-R., & Blackburn, G. L. (2016). Review Of Infant Feeding: Key Features Of Breast Milk And Infant Formula. *Nutrients*, 8(5). <https://doi.org/10.3390/nu8050279>
- Masrinih. (2020). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Nifas (Studi Literatur)*. [http://digilib.unisayogya.ac.id/5383/1/Masrinih\\_1610104046\\_Naskah%20publikasi\\_D4%20kebidanan.pdf](http://digilib.unisayogya.ac.id/5383/1/Masrinih_1610104046_Naskah%20publikasi_D4%20kebidanan.pdf)
- Prastyoningsih, A., Noor, F. A., Kanita, M. W., Pratiwi, E. N., & Umarianti, T. (2022). Peningkatan Kemampuan Kader Melalui Edukasi Pemanfaatan Bahan Alam Untuk Meningkatkan Produksi Asi Di Kelurahan Banjarsari Surakarta. *Jurnal Empathy Pengabdian Kepada Masyarakat*, 151-159. <https://doi.org/10.37341/jurnalempathy.v0i0.79>
- Purnamasari, K. D., & Hindiarti, Y. I. (2020). Metode Pijat Oksitosin, Salah Satu Upaya Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Kesehatan Perintis (Perintis's Health Journal)*, 7(2), 1-8.
- Puspita Sari, H., Azza, A., & Rhosma Dewi, S. (2015). *Hubungan Stres Psikologis Dengan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Primipara Yang Menyusui Bayi Usia 1-6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorambi*.
- Rahayu, D. (2017). Faktor Predisposisi Yang Mempengaruhi Keberhasilan Pemberian Asi Eksklusif Berdasarkan Teori Maternal Role Attainment Ramona T Mercer. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), 48.
- Rosidi, I. Y. D., & Kadir, A. (2019). Pengaruh Edukasi Konselor Laktasi Terhadap Partisipasi Ibu Melakukan Inisiasi Menyusui. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 14(1), 98-103.
- Salamah, U., Prasetya, P. H., Diploma, J., Kebidanan, T., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Indonesia, P. (2019). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Dalam Kegagalan Pemberian Asi Eksklusif (Vol. 5, Issue 3)*.
- Wardhani, R. K., Dinastiti, V. B., & Fauziah, N. (2021). Journal Of Community Engagement In Health Pendidikan Kesehatan Untuk Meningkatkan Asi Eksklusif. *Journal Of Community Engagement In Health*, 4(1), 149-154. <https://doi.org/10.30994/jceh.v4i1.129>
- Who, Unicef, Usaid, Aed, Ucdavis, & Ifpri. (2010). *Indicators For Assessing Infant And Young Child Feeding Practices Part 2 Measurement*.
- Wulandari, A. D., Mayangsari, D., & Sawitry. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Dan Pijat Endorphin Terhadap Kelancaran Produksi Asi. *Jurnal Kebidanan*.
- Yetiani, N., Diii Kebidanan, P., Kapuas, S., Sintang, R., Barat, K., & Korespondensi, I. \*. (2020). Pengaruh Penyuluhan Pemberian Air Susu Ibu (Asi) Eksklusif Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Ibu. In *Jurnal Dunia Kesmas (Vol. 9, Issue 3)*. Online. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/duniakesmas/index>
- Yulianto, A., Safitri, N. S., Septiasari, Y., & Sari, S. A. (2022). Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran Produksi Air Susu Ibu. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 7(2), 68. <https://doi.org/10.52822/jwk.v7i2.416>
- Yulita, N., Juwita, S., & Febriani, A. (2020). Perilaku Ibu Nifas Dalam Meningkatkan Produksi Asi Postpartum Mother's Behavior In Increasing Asi Production. In *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Vol. 7, Issue 1)*.