



Sosialisasi Stimulasi Produksi Asi Melalui Pijat Oksitosin dan Minyak Esensial Lavender untuk Mencegah Stunting di Desa Gondang Kabupaten Mojokerto

Asti Rahayu^{✉1}, Ira Purbosari², Aulia Mei Tsabitah³

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya¹²³

Email : astirahayu@unipasby.ac.id¹

Received: 2021-03-20; Accepted: 2021-04-28; Published: 2021-04-30

Abstrak

Pemberian ASI (Air Susu Ibu) berperan signifikan dalam pencegahan stunting. Kelancaran ASI oleh ibu pasca melahirkan, selain dipengaruhi oleh asupan nutrisi juga dipengaruhi oleh faktor psikologi dan lingkungan ibu. Pemijatan oksitosin merupakan bagian dari jalan keluar untuk meningkatkan produksi ASI, meminimalisasi pembengkakan dan memberikan rasa nyaman pada ibu, sehingga ASI terstimulasi lancar. Penggunaan minyak lavender berfungsi sebagai relaksan dan sebagai aromaterapi saat melakukan pijat oksitosin memberikan manfaat secara sinergis pada pijat oksitosin untuk menstimulasi ASI. Penyuluhan terkait sosialisasi stimulasi produksi asi (Stipasi) melalui pijat oksitosin dan minyak esensial lavender untuk mencegah stunting pada 1000 hari pertama kelahiran dilakukan di Desa Gondang, Kecamatan Gondang, Kabupaten Mojokerto. Tingkat pengetahuan peserta diukur menggunakan kuisioner dan dianalisa dengan uji T sampel berpasangan. Hasil analisa menunjukkan nilai sig. 0.000 ($p < 0,005$) yang menunjukkan terdapat hubungan bermakna antara pemberian materi penyuluhan terhadap wawasan dan pengetahuan peserta terkait stimulasi pemberian ASI dengan pijat oksitosin menggunakan minyak lavender, dimana pengetahuan peserta mengalami peningkatan dari sebelum hingga setelah di paparkan materi penyuluhan.

Kata Kunci: *Pijat; Oksitosin; Lavender; Stimulasi*

Abstract

Breastfeeding has a significant role in preventing stunting. The fluency of breastfeeding by postpartum mothers, apart from being influenced by nutritional intake, was also influenced by psychological and environmental factors. Oxytocin massage was part of the way out to increase milk production, minimize swelling and provide comfort to the mother, so that breast milk was stimulated smoothly. The use of lavender oil acts as a relaxant and as an aromatherapy when oxytocin massages provided synergistic benefits on oxytocin massage to stimulate breast milk. Counseling related to the socialization of stimulation of breast milk production through massage of oxytocin and lavender essential oil to prevent stunting in the first 1000 days of birth was carried out in Gondang Village, Gondang District, Mojokerto Regency. The level of knowledge of the participants was measured using a questionnaire and analyzed using a paired sample T test. The analysis results show the sig. 0.000 ($p < 0.005$), which indicates that there was a significant relationship between the provision of counseling materials to the participants insights and knowledge regarding the stimulation of breastfeeding and oxytocin massage using lavender oil, where participants knowledge has increased from before to after exposure to the information

Keywords: *Massage; Oxytocin; Lavender; Stimulation*

PENDAHULUAN

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) di Indonesia tergolong sangat rendah sehingga memerlukan penanganan khusus dari berbagai komponen masyarakat. Kesadaran ibu untuk menyusui secara eksklusif tergolong kecil yakni hanya 25,3%. Rendahnya kesadaran pemberian ASI eksklusif ini menjadi pemicu rendahnya angka status gizi pada bayi dan balita.(Litbangkes, RI. 2018). Salah satu cara untuk memberikan stimulasi kepada ibu menyusui agar memberikan ASI eksklusif dan meningkatkan produksi ASI adalah dengan cara memberikan pijatan oksitosin (Erickson et al., 2020)

Pijat oksitosin adalah pemijatan untuk merangsang hormon oksitosin dan prolaktin pada ibu menyusui. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk menstimulasi produksi ASI, mengurangi bengkak dan menurunkan sumbatan ASI. Pijatan oksitosin bertujuan untuk meningkatkan produksi hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun lancar (Wulandari et al., 2018). Hormon Oksitosin berperan dalam kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui (Ahmad et al., 2021)

Berdasarkan hasil penelitian, dengan menggunakan uji t-tes, hasilnya terdapat perbedaan yang signifikan terhadap produksi ASI pada ibu menyusui sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) mendapatkan perlakuan pijat oksitosin dengan nilai p kurang dari 0,05. Pijat oksitosin dapat diaplikasikan pada ibu pasca melahirkan untuk membantu melancarkan pengeluaran produksi ASI (Handayani & Kameliawati, 2020); (Khabibah & Mukhoirotin, 2019)

Minyak esensial lavender merupakan minyak esensial yang sering digunakan sebagai aromaterapi. Penambahan minyak esensial lavender, berfungsi sebagai lubricant (pelincir) dalam proses pemijatan dan memberikan relaksasi pada ibu pasca melahirkan, dan dapat menstimulasi produksi hormon yang berperan signifikan pada proses laktasi dan menyusui secara optimal (Putri & Saripah, 2021).

ASI kaya manfaat bagi bayi dan balita, yakni diantaranya memperbaiki saluran pencernaan, menurunkan rasa depresi, menurunkan gangguan psikis dan emosional, selain itu ASI dapat menambah kenyamanan, meningkatkan optimalisasi perkembangan kecerdasan, IQ lebih tinggi, psikologis lebih baik. DHA dan AA yang terkandung dalam ASI mengandung nutrisi yang bermanfaat untuk perkembangan otak bayi (Lyons et al., 2020).

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan bisa memberikan edukasi kepada ibu PKK di Desa Gondang, Kecamatan Gondang, Kabupaten Mojokerto, terkait dengan stimulasi produksi ASI (Stipasi) melalui pijat oksitosin dan minyak esensial lavender untuk mencegah stunting pada 1000 hari pertama kelahiran, sehingga diharapkan bisa meningkatkan status gizi balita dan dapat menurunkan angka stunting bayi dan balita.

METODOLOGI PENELITIAN

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan bersama mitra masyarakat ibu PKK di Desa Gondang, Kecamatan Gondang Kabupaten Mojokerto, Jawa Timur. Kegiatan pengabdian masyarakat ini melalui beberapa tahapan yakni :

1. Perencanaan

Tahapan perencanaan dilaksanakan dengan mengidentifikasi permasalahan yang dimiliki oleh mitra yaitu ibu PKK di Desa Gondang, Kecamatan Gondang Kabupaten Mojokerto yaitu banyaknya anak yang berstatus kurang gizi dan menderita stunting,

sehingga diperlukan suatu edukasi kepada ibu-ibu di Desa Gondang, Kecamatan Gondang Kabupaten Mojokerto terkait dengan langkah pencegahan terjadinya stunting, salah satunya dengan sosialisasi stimulasi produksi asi (Stipasi) melalui pijat oksitosin dan minyak esensial lavender untuk mencegah stunting pada 1000 hari pertama kelahiran.

2. Perizinan

Perizinan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan mengirimkan proposal dan surat permohonan kepada mitra di Desa Gondang, Kecamatan Gondang Kabupaten Mojokerto. Koordinasi langsung dilakukan bersama pihak mitra diwakili oleh Kepala Desa Gondang, hingga diperoleh kesepakatan pelaksanaan kegiatan.

3. Persiapan kegiatan

Tahap ini digunakan tim pengabdian untuk menyiapkan materi yang relevan dan *up to date* terkait stimulasi produksi asi (Stipasi) melalui pijat oksitosin dan minyak esensial lavender untuk mencegah stunting pada 1000 hari pertama kelahiran

4. Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian diikuti oleh 21 peserta dari ibu PKK di Desa Gondang, Kecamatan Gondang Kabupaten Mojokerto. Kegiatan diawali dengan pembagian form kuisioner yang bertujuan untuk mengukur pengetahuan peserta terhadap stimulasi produksi asi (Stipasi) melalui pijat oksitosin dan minyak esensial lavender untuk mencegah stunting pada 1000 hari pertama kelahiran. Indikator yang digunakan untuk mengukur pengetahuan ini melalui pertanyaan pilihan benar dan salah terhadap suatu pernyataan. Tahapan berikutnya, penyampaian materi dilakukan oleh tim pelaksana pengabdian masyarakat dengan metode presentasi dan diskusi dan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Materi yang diberikan meliputi definisi stunting, faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stunting, manfaat dari pijat oksitosin, manfaat dari minyak lavender, dan cara melakukan pijat oksitosin

5. Monitoring dan evaluasi hasil

Evaluasi tingkat pengetahuan peserta dilakukan menggunakan metode kuisioner *pre-test* dan *post-test*. Hasilnya dianalisis menggunakan uji paired T-test dengan membandingkan pengetahuan sebelum dan sesudah pemaparan materi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi dan edukasi terkait pijat oksitosin menggunakan minyak lavender ini berlangsung pada bulan Februari 2020 pada 21 peserta ibu PKK di Desa Gondang, Kecamatan Gondang, Kabupaten Mojokerto. Berdasarkan pengamatan yakni terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu-ibu PKK di Desa Gondang, Kecamatan Gondang, Kabupaten Mojokerto tentang permasalahan ASI dan cara mengatasinya, dimana produksi ASI yang kurang lancar tidak hanya bergantung pada asupan nutrisi tetapi juga karena psikologi dan lingkungan ibu menyusui. Dalam kegiatan ini, diharapkan ibu beserta keluarga memahami manfaat pijat oksitosin dan bisa mempraktikkan.

Pengabdian masyarakat ini sejalan dengan penelitian pijat oksitosin dengan aplikasi minyak esensial lavender, bisa sebagai *lubricant* (pelincir) dalam proses pemijatan dan memberikan efek relaksan pada ibu pasca melahirkan, dan dapat menstimulasi produksi

hormon oksitosin yang berperan besar pada proses laktasi secara optimal (Lestari, 2017) (Setyowati et al., 2016)

Setelah pemberian materi dan diskusi, hingga sesi tanya jawab berakhir, peserta diberikan kembali form kuesioner untuk mengukur pengetahuan dan pemahaman peserta. Form kuesioner berisikan pertanyaan yang sama (post test) dengan form sebelumnya (pre test) sehingga diperoleh hasil pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil pengukuran pengetahuan yang didapatkan dapat dilihat pada Tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Hasil kuesioner sebelum dan sesudah penyuluhan

Inisial	Skor		Perubahan skor
	Sebelum	Sesudah	
SA	60	90	30
S	70	100	30
LD	80	80	0
M	50	90	40
SS	40	100	60
N	50	80	30
RA	50	90	40
UY	40	90	50
S	60	100	40
DA	70	90	20
SM	80	100	20
SU	40	100	50
AR	60	90	30
SR	60	100	40
SJ	50	90	40
SK	90	100	10
RA	40	90	50
AM	40	90	50
AY	40	100	60
DA	60	90	30
A	70	100	30
Total (mean ± SD)	57.14	93.33	35.71

Berdasarkan tabel 1 didapatkan rentang skor tingkat pengetahuan peserta sebelum diberikan penyuluhan (pre test) adalah 40-90, sedangkan rentang skor pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan (post test) adalah 80-100. Perubahan skor individual sebelum dan sesudah juga bervariasi antara 0-60. Hasil ini menunjukkan bahwa pengetahuan peserta tentang stimulasi produksi asi (Stipasi) melalui pijat oksitosin dan minyak esensial lavender untuk mencegah stunting pada 1000 hari pertama kelahiran di Desa Gondang, Kecamatan Gondang, Kabupaten Mojokerto setelah pemberian penyuluhan meningkat dibandingkan sebelum diberi penyuluhan.

Hasil ini kemudian dianalisis dengan uji paired t-test untuk mengetahui adanya perubahan pengetahuan peserta pre-test (sebelum) dan post-test (sesudah) pemberian penyuluhan. Hasil uji yang diperoleh tersaji pada tabel 2.

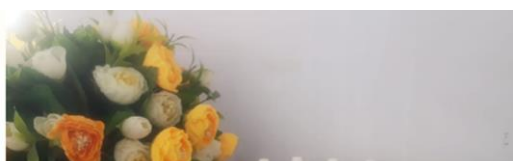
Tabel 2. Uji T Berpasangan Sebelum-Sesudah Penyuluhan

		Paired Differences						t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference					
Pair 1					Lower	Upper				
	pretest	-								
	posttest	27.778	16.251	3.128	-34.207	-21.349	-8.882	26	.000	

Berdasarkan tabel 2 diketahui nilai sig 0.000 ($p < 0,005$) yang berarti terdapat hubungan bermakna antara pemberian materi penyuluhan terhadap wawasan dan pengetahuan peserta terkait stimulasi produksi asi (Stipasi) melalui pijat oksitosin dan minyak esensial lavender untuk mencegah stunting pada 1000 hari pertama kelahiran di Desa Gondang, Kecamatan Gondang, Kabupaten Mojokerto, dimana pengetahuan peserta mengalami peningkatan setelah di pemaparan materi. Gambar 1 dan gambar 2 merupakan dokumentasi kegiatan penyuluhan stimulasi produksi asi (Stipasi) melalui pijat oksitosin dan minyak esensial lavender untuk mencegah stunting pada 1000 hari pertama kelahiran di Desa Gondang, Kecamatan Gondang, Kabupaten Mojokerto



Gambar 1. Kegiatan Pemberian Penyuluhan Pijat Oksitosin dengan MinyakLavender



Gambar 2. Minyak Levender untuk Pijat Oksitosin

KESIMPULAN

Adapun kesimpulan dari kegiatan pengabdian masyarakat terkait sosialisasi stimulasi produksi asi (Stipasi) melalui pijat oksitosin dan minyak esensial lavender untuk mencegah stunting pada 1000 hari pertama kelahiran di Desa Gondang, Kecamatan Gondang, Kabupaten Mojokerto adalah meningkatnya tingkat pemahaman dan pengetahuan ibu-ibu PKK di Desa Gondang, Kecamatan Gondang, Kabupaten Mojokerto tentang permasalahan terkait produksi ASI dan cara mengatasinya, bahwa produksi ASI yang kurang lancar tidak hanya dipengaruhi oleh masalah nutrisi tetapi juga dipengaruhi oleh seperti kondisi psikologi dan lingkungan di sekitar ibu. Salah satu cara untuk memperbaiki kondisi psikis ibu adalah dengan merangsang pengeluaran hormon oksitosin yang bisa distimulasi dengan memberikan pijat oksitosin.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, M., Jelani, G., Jalbani, S., & Soomro, M. (2021). *Oxytocin; Effects on Milk Production*. 10, 318–324. <https://doi.org/10.19045/bspab.2021.100034>
- Erickson, E. N., Carter, C. S., & Emeis, C. L. (2020). Oxytocin, Vasopressin and Prolactin in New Breastfeeding Mothers: Relationship to Clinical Characteristics and Infant Weight Loss. *Journal of Human Lactation*, 36(1), 136–145. <https://doi.org/10.1177/0890334419838225>
- Handayani, F., & Kameliawati, F. (2020). Pelatihan pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. *Indonesia Berdaya*, 1(1), 23–28. <https://doi.org/10.47679/ib.202014>
- Khabibah, L., & Mukhoirotn, M. (2019). PENGARUH TERAPI AKUPRESUR DAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU POSTPARTUM DI RSUD JOMBANG. *Jurnal EDUNursing*, 3(2), 68–77.
- Lestari, N. (2017). Pijat Oksitosin pada Ibu Postpartum Primipara terhadap Produksi ASI dan Kadar Hormon Oksitosin. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 4(2), 120–124. <https://doi.org/10.26699/jnk.v4i2.ART.p120-124>
- Lyons, K. E., Ryan, C. A., Dempsey, E. M., Ross, R. P., & Stanton, C. (2020). Breast Milk, a Source of Beneficial Microbes and Associated Benefits for Infant Health. *Nutrients*, 12(4), 1039. <https://doi.org/10.3390/nu12041039>
- Putri, S. R., & Saripah, S. (2021). EDUKASI IBU POST PARTUM DALAM PENINGKATAN KEBERHASILAN RELAKTASI DENGAN PIJAT OKSITOSIN DAN AROMATERAPI LAVENDER DI WILAYAH CIAWI KABUPATEN BOGOR.

Simposium Nasional Multidisiplin (SinaMu), 2(0), Article 0.
<http://jurnal.umt.ac.id/index.php/senamu/article/view/3246>

Setyowati, H., Andayani, A., & Widayati. (2016). Perbedaan produksi ASI pada ibu post partum setelah pemberian pijat oksitosin. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 10(3), 188–195. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2015.10.3.624>

Wulandari, P., Menik, K., & Khusnul, A. (2018). Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum melalui Tindakan Pijat Oksitosin. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia [JIKI]*, 2(1), 33–49. <https://doi.org/10.31000/jiki.v2i1.1001>