

Pendampingan Ibu Pascaoperasi Sesar dan Keluarga dalam Mendukung Menyusui melalui Edukasi dan Pijat Oksitosin di RS PKU Muhammadiyah Bantul

Irma Miftahul ^{1*}, Sarwinanti ²

^{1,2} Universitas Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia

irmamiftahul364@gmail.com ^{1*}, sarwi.73@unisayogya.ac.id ²

Abstrak

Ibu pascaoperasi sesar dapat menghadapi berbagai kendala dalam memulai dan mempertahankan proses menyusui, antara lain ketidaknyamanan fisik, keterbatasan gerak, serta kebutuhan akan dukungan keluarga. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya pendampingan yang tidak hanya diberikan kepada ibu, tetapi juga melibatkan keluarga sebagai pendamping utama selama masa menyusui. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan memberikan pendampingan kepada ibu pascaoperasi sesar dan keluarga melalui edukasi menyusui, bimbingan praktik menyusui, serta demonstrasi dan praktik pijat oksitosin di RS PKU Muhammadiyah Bantul. Kegiatan dilaksanakan selama tiga bulan melalui tahap persiapan, pelaksanaan, serta monitoring dan evaluasi. Edukasi diberikan mengenai manfaat ASI eksklusif, pemberian ASI sesuai kebutuhan bayi, dan peran keluarga dalam mendukung ibu. Bimbingan praktik diarahkan pada pengaturan posisi ibu, posisi bayi, dan pelekatan yang tepat dengan memperhatikan kenyamanan pascaoperasi. Demonstrasi pijat oksitosin dilanjutkan dengan praktik bersama keluarga untuk membekali pendamping dengan keterampilan dukungan praktis bagi ibu. Pelaksanaan kegiatan menunjukkan keterlibatan aktif ibu dan keluarga dalam setiap rangkaian pendampingan. Peserta memperoleh pemahaman mengenai dukungan menyusui dan pengalaman mempraktikkan teknik menyusui serta pijat oksitosin dengan pendampingan tim. Keberlanjutan program diarahkan pada penerapan pengetahuan dan keterampilan di rumah serta penguatan pendampingan melalui layanan kesehatan ibu dan anak di RS PKU Muhammadiyah Bantul.

Kata Kunci: *ASI Eksklusif, Ibu Pascaoperasi Sesar, Keluarga, Menyusui, Pijat Oksitosin*

Pendahuluan

Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul merupakan salah satu fasilitas pelayanan kesehatan yang memberikan layanan kesehatan ibu dan anak, termasuk pendampingan bagi ibu setelah persalinan. Ibu yang menjalani persalinan melalui operasi sesar memerlukan perhatian khusus selama masa pemulihan, terutama dalam memenuhi kebutuhan nutrisi bayi melalui pemberian air susu ibu (ASI). Persalinan melalui operasi sesar diketahui dapat berkaitan dengan keterlambatan inisiasi menyusui dan hambatan dalam mempertahankan pemberian ASI eksklusif (Li et al., 2021). Pengalaman ibu setelah operasi sesar juga menunjukkan adanya kendala fisik, ketidaknyamanan, kerentanan emosional, serta kebutuhan terhadap sumber daya dan dukungan yang memadai selama proses menyusui (Ulfa et al., 2023). Kondisi tersebut menjadikan dukungan tenaga kesehatan dan keluarga sebagai bagian penting dalam

menciptakan lingkungan yang mendukung keberlanjutan menyusui (Perez-Escamilla et al., 2023).

Permasalahan utama yang dihadapi mitra berkaitan dengan kebutuhan pendampingan menyusui yang tidak hanya berfokus pada ibu, tetapi juga melibatkan keluarga sebagai lingkungan pendukung terdekat. Ibu pascaoperasi sesar membutuhkan informasi yang memadai mengenai pemberian ASI, bimbingan praktik menyusui yang sesuai, serta dukungan emosional dan fisik selama masa pemulihan. Dukungan suami diketahui berkaitan dengan praktik pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui (Boediarsih et al., 2021), sedangkan dukungan keluarga secara lebih luas merupakan salah satu bentuk dukungan praktis yang diperlukan ibu untuk mempertahankan proses menyusui (Kusuma & Khofiyah, 2022). Pendekatan *family centered care* juga menempatkan keluarga sebagai bagian dari lingkungan pendukung yang dapat membantu ibu menjalankan proses menyusui (Soerya & Peristiowati, 2022). Keterlibatan keluarga menjadi semakin penting ketika ibu kembali ke rumah dan membutuhkan bantuan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari selama masa nifas.

Permasalahan pertama berkaitan dengan belum optimalnya pemahaman ibu dan keluarga mengenai pentingnya ASI eksklusif serta peran keluarga dalam mendukung proses menyusui. ASI merupakan sumber nutrisi penting bagi bayi dan pemberian ASI secara optimal membutuhkan dukungan dari berbagai lingkungan, bukan hanya bergantung pada keputusan ibu secara individual (Perez-Escamilla et al., 2023). Pengetahuan ibu juga menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan praktik pemberian ASI eksklusif di Indonesia; pengetahuan yang memadai dapat menjadi dasar bagi ibu dalam menentukan dan mempertahankan praktik menyusui (Kapti et al., 2023). Faktor sosial, budaya, dukungan keluarga, dukungan tenaga kesehatan, pendidikan, dan pengetahuan turut membentuk praktik pemberian ASI eksklusif di Indonesia (Nidaa & Krianto, 2022). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa edukasi perlu diberikan tidak hanya kepada ibu, tetapi juga kepada keluarga agar dukungan yang diberikan sesuai dengan kebutuhan ibu dan bayi.

Permasalahan kedua berkaitan dengan keterbatasan ibu pascaoperasi sesar dalam menerapkan teknik menyusui yang benar. Rasa nyeri, keterbatasan mobilitas, serta kesulitan menemukan posisi yang nyaman dapat menjadi hambatan dalam proses menyusui setelah operasi sesar (Li et al., 2021). Pengalaman perempuan setelah operasi sesar juga menunjukkan adanya kesulitan fisik dan kondisi yang kurang nyaman ketika menyusui, sehingga dukungan tenaga kesehatan dan keluarga diperlukan untuk membantu ibu menghadapi hambatan tersebut (Ulfa et al., 2023). Aspek posisi dan pelekatan bayi juga perlu diperhatikan karena keduanya merupakan komponen penting dalam proses menyusui yang efektif; kajian mengenai *breastfeeding positioning and attachment* menunjukkan bahwa kemampuan ibu dalam memosisikan bayi dan melakukan pelekatan perlu mendapat perhatian dalam pelayanan pascapersalinan (Nancy et al., 2022). Bimbingan praktik secara langsung diperlukan agar ibu dapat menyesuaikan teknik menyusui dengan kondisi fisiknya selama masa pemulihan pascaoperasi.

Permasalahan ketiga berkaitan dengan terbatasnya keterampilan keluarga dalam memberikan dukungan praktis untuk membantu kelancaran menyusui, termasuk penerapan pijat oksitosin. Pijat oksitosin merupakan salah satu bentuk intervensi nonfarmakologis yang banyak digunakan dalam pendampingan ibu menyusui dan dikaitkan dengan stimulasi refleks pengeluaran ASI (Hidayah et al., 2023). Sejumlah kajian nasional juga melaporkan penerapan pijat oksitosin pada ibu postpartum dalam

membantu proses pengeluaran atau produksi ASI (Arniyanti & Angraeni, 2020; Susianti & Usman, 2020). Keterlibatan keluarga dalam penerapan teknik tersebut memiliki relevansi dengan kebutuhan ibu terhadap dukungan praktis selama masa nifas. Kegiatan partisipasi keluarga dalam pijat oksitosin juga telah diterapkan sebagai bentuk keterlibatan keluarga dalam mendukung ibu setelah persalinan (Lestari & Fatimah, 2020). Meskipun demikian, penerapannya tetap memerlukan pemahaman mengenai prosedur dan teknik yang tepat sehingga demonstrasi serta praktik terbimbing diperlukan sebelum keluarga menerapkannya secara mandiri.

Solusi yang dilaksanakan untuk menjawab permasalahan mitra diwujudkan melalui kegiatan pendampingan ibu pascaoperasi sesar dan keluarga dalam mendukung menyusui melalui edukasi dan pijat oksitosin di RS PKU Muhammadiyah Bantul. Kegiatan ini dirancang secara terpadu dengan menggabungkan pemberian informasi, bimbingan keterampilan menyusui, serta pelibatan keluarga dalam praktik pijat oksitosin. Pendekatan edukatif dan suportif merupakan salah satu strategi yang dapat digunakan untuk membantu ibu menghadapi berbagai kendala selama proses menyusui (Wong et al., 2021). Edukasi menyusui juga memiliki peran dalam membangun keyakinan ibu terhadap kemampuan menyusui, terutama ketika diberikan melalui pendekatan yang terarah dan berkelanjutan (Maleki et al., 2021). Dukungan praktis yang diberikan secara langsung juga diperlukan agar pengetahuan yang diperoleh dapat diterapkan dalam situasi menyusui sehari-hari (Kusuma & Khofiyah, 2022). Bentuk solusi yang dilaksanakan meliputi tiga kegiatan utama, yaitu edukasi menyusui bagi ibu dan keluarga, bimbingan praktik menyusui kepada ibu, serta demonstrasi dan praktik pijat oksitosin bersama keluarga.

Edukasi menyusui bagi ibu dan keluarga dilaksanakan melalui penyampaian informasi mengenai manfaat ASI eksklusif, pentingnya pemberian ASI sesuai kebutuhan bayi, serta faktor-faktor yang mendukung kelancaran proses menyusui. Edukasi yang diberikan secara terstruktur dapat menjadi salah satu bentuk dukungan untuk membantu ibu mempertahankan praktik menyusui, terutama ketika informasi diberikan sejak periode sekitar persalinan (Oggero et al., 2024). Intervensi edukasi juga dilaporkan memiliki hubungan dengan peningkatan keyakinan diri ibu dalam menjalankan proses menyusui (Maleki et al., 2021). Keterlibatan keluarga dalam sesi edukasi menjadi penting karena dukungan keluarga dapat membantu ibu menghadapi berbagai kendala praktis selama menyusui (Sukarni et al., 2024). Materi edukasi juga mencakup pemahaman mengenai peran keluarga dalam memberikan dukungan emosional, membantu kebutuhan ibu selama masa pemulihan, dan menciptakan lingkungan yang kondusif bagi kegiatan menyusui. Melalui kegiatan ini, ibu dan keluarga memperoleh informasi yang dapat menjadi pedoman dalam menjalankan praktik menyusui secara tepat.

Bimbingan praktik menyusui kepada ibu dilaksanakan melalui pengajaran teknik menyusui yang benar dan pendampingan secara langsung ketika ibu memosisikan bayi serta memulai proses menyusui. Pendampingan mencakup pengaturan posisi tubuh ibu agar tetap nyaman selama masa pemulihan pascaoperasi, penempatan bayi yang sesuai, serta pengenalan tanda-tanda pelekatan yang baik. Kajian mengenai hubungan jenis persalinan dengan pola menyusui berdasarkan sistem LATCH menunjukkan pentingnya perhatian terhadap komponen pelekatan, terdengarnya proses menelan, bentuk puting, kenyamanan payudara, dan posisi dalam evaluasi proses menyusui (Mokhtari Sorkhani et al., 2021). Pengamatan terhadap posisi dan pelekatan juga menjadi bagian penting dalam membantu ibu memperoleh pengalaman menyusui yang lebih terarah (Nancy et al., 2022). Dukungan edukatif dan praktik

secara langsung dapat membantu ibu memperoleh pengetahuan sekaligus keyakinan untuk menjalankan proses menyusui (Wong et al., 2021). Praktik dilakukan dengan memperhatikan kondisi dan kenyamanan ibu sehingga teknik yang diajarkan dapat disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing.

Demonstrasi dan praktik pijat oksitosin bersama keluarga dilaksanakan melalui pemberian penjelasan mengenai manfaat, prinsip, dan tahapan pijat oksitosin, dilanjutkan dengan demonstrasi teknik pemijatan pada ibu. Keluarga, khususnya suami atau pendamping utama, dilibatkan secara aktif untuk mempelajari posisi, gerakan, dan prosedur pemijatan yang tepat dengan tetap memperhatikan kenyamanan ibu. Penerapan pijat oksitosin telah dilaporkan dalam berbagai konteks pelayanan postpartum sebagai salah satu bentuk dukungan terhadap proses pengeluaran ASI (Ashari et al., 2020). Kajian sistematis terbaru juga menunjukkan bahwa pijat oksitosin menjadi salah satu pendekatan yang banyak digunakan untuk mendukung laktasi pada ibu menyusui (Alif et al., 2024). Penerapan teknik tersebut bersama anggota keluarga dapat memberikan pengalaman praktis sehingga keluarga tidak hanya mengetahui konsep pijat oksitosin, tetapi juga memperoleh kesempatan mempraktikkannya.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di RS PKU Muhammadiyah Bantul dengan sasaran ibu pascaoperasi sesar dan keluarga sebagai pendamping utama selama masa menyusui. Kegiatan ini berfokus pada permasalahan keterbatasan pemahaman mengenai ASI eksklusif, kendala penerapan teknik menyusui yang benar, serta belum optimalnya keterampilan keluarga dalam memberikan dukungan melalui pijat oksitosin. Rangkaian kegiatan dilaksanakan selama tiga bulan, mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan pendampingan, hingga monitoring dan evaluasi. Solusi yang diterapkan meliputi edukasi menyusui bagi ibu dan keluarga, bimbingan praktik menyusui kepada ibu, serta demonstrasi dan praktik pijat oksitosin bersama keluarga. Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara partisipatif dengan melibatkan ibu, keluarga, dan tenaga kesehatan agar pengetahuan serta keterampilan yang diperoleh dapat diterapkan selama masa pemulihan dan dilanjutkan di lingkungan keluarga.

Persiapan

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi bersama pihak RS PKU Muhammadiyah Bantul untuk menentukan sasaran, waktu, tempat, dan teknis pelaksanaan kegiatan. Tim pengabdian bersama mitra mengidentifikasi kebutuhan pendampingan ibu pascaoperasi sesar, khususnya terkait edukasi menyusui, teknik pelekatan bayi, dan penerapan pijat oksitosin. Persiapan juga mencakup penyusunan materi edukasi, pembuatan media pendukung, penyiapan perlengkapan demonstrasi, serta pembagian tugas tim pelaksana. Materi dan prosedur pendampingan disesuaikan dengan kondisi ibu pascaoperasi sesar dan memperhatikan arahan tenaga kesehatan agar seluruh kegiatan berlangsung secara aman, nyaman, dan sesuai kebutuhan peserta.

Pelaksanaan Kegiatan

Edukasi Menyusui bagi Ibu dan Keluarga

Edukasi menyusui dilaksanakan melalui penyampaian materi secara langsung kepada ibu dan keluarga mengenai manfaat ASI eksklusif, pentingnya pemberian ASI

sesuai kebutuhan bayi, serta faktor-faktor yang mendukung kelancaran proses menyusui. Materi juga mencakup peran keluarga dalam memberikan dukungan emosional, membantu kebutuhan ibu selama masa pemulihan, dan menciptakan lingkungan yang kondusif bagi ibu untuk menyusui. Penyampaian materi dilakukan menggunakan bahasa yang mudah dipahami dan dilengkapi dengan media edukasi sebagai bahan informasi yang dapat dipelajari kembali oleh peserta. Sesi dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab untuk memberikan kesempatan kepada ibu dan keluarga menyampaikan kendala maupun hal-hal yang belum dipahami terkait pemberian ASI.

Bimbingan Praktik Menyusui kepada Ibu

Bimbingan praktik menyusui dilakukan secara langsung dengan mendampingi ibu dalam mengatur posisi tubuh, memosisikan bayi, dan menerapkan teknik pelekatan yang tepat. Pendampingan memperhatikan kondisi fisik ibu pascaoperasi sesar, terutama kenyamanan posisi tubuh dan upaya mengurangi tekanan pada area bekas operasi selama proses menyusui. Tim pengabdian memberikan contoh teknik menyusui yang sesuai, kemudian membimbing ibu untuk mempraktikkannya dengan memperhatikan respons bayi dan kenyamanan ibu. Bimbingan juga mencakup pengenalan tanda-tanda pelekatan yang baik serta cara mengatur posisi menyusui yang dapat diterapkan secara mandiri. Seluruh proses dilakukan dengan pendampingan tenaga kesehatan dan disesuaikan dengan kondisi masing-masing ibu.

Demonstrasi dan Praktik Pijat Oksitosin Bersama Keluarga

Demonstrasi pijat oksitosin dilaksanakan dengan memberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, prinsip keamanan, dan tahapan pemijatan untuk mendukung refleks pengeluaran ASI. Tim pengabdian memperagakan teknik pijat oksitosin pada ibu dengan memperhatikan posisi tubuh, kenyamanan, dan prosedur yang sesuai. Keluarga, khususnya suami atau pendamping utama, dilibatkan secara aktif untuk mengamati setiap tahapan demonstrasi, mulai dari persiapan hingga pelaksanaan pemijatan. Setelah demonstrasi, keluarga diberikan kesempatan melakukan praktik ulang dengan bimbingan tim pengabdian agar memahami teknik dan gerakan yang tepat. Pendampingan diakhiri dengan pemberian arahan mengenai penerapan pijat oksitosin di rumah, termasuk pentingnya memperhatikan kenyamanan ibu dan mengikuti petunjuk tenaga kesehatan.

Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi dilaksanakan selama rangkaian kegiatan melalui pengamatan langsung terhadap keterlibatan peserta, diskusi, serta pendampingan praktik. Evaluasi edukasi dilakukan dengan meninjau pemahaman ibu dan keluarga mengenai manfaat ASI eksklusif, kebutuhan menyusui bayi, dan bentuk dukungan keluarga. Evaluasi bimbingan menyusui dilakukan melalui pengamatan terhadap kemampuan ibu dalam mengatur posisi dan menerapkan pelekatan bayi, sedangkan evaluasi pijat oksitosin dilakukan dengan mengamati kemampuan keluarga dalam mempraktikkan kembali teknik pemijatan sesuai arahan. Indikator keberhasilan program mencakup keikutsertaan aktif peserta, pemahaman terhadap materi edukasi, kemampuan ibu menerapkan teknik menyusui yang benar, serta keterampilan keluarga dalam melakukan pijat oksitosin secara tepat dan aman.

Keberlanjutan program diarahkan pada penerapan pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh selama pendampingan dalam kehidupan sehari-hari. Ibu diharapkan dapat menerapkan teknik menyusui sesuai kondisi dan kebutuhan bayi,

sedangkan keluarga diharapkan mampu memberikan dukungan emosional maupun praktis selama masa menyusui. Materi edukasi dan keterampilan pijat oksitosin dapat digunakan sebagai bekal pendampingan lanjutan di rumah dengan tetap memperhatikan arahan tenaga kesehatan. Pihak RS PKU Muhammadiyah Bantul diharapkan dapat melanjutkan penguatan edukasi dan pendampingan menyusui sebagai bagian dari pelayanan kesehatan ibu dan anak.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di RS PKU Muhammadiyah Bantul diarahkan untuk memberikan pendampingan menyusui yang menyeluruh kepada ibu pascaoperasi sesar dengan melibatkan keluarga sebagai bagian penting dari proses perawatan. Rangkaian kegiatan mencakup edukasi mengenai ASI eksklusif, bimbingan praktik menyusui, serta demonstrasi dan praktik pijat oksitosin bersama keluarga. Ketiga kegiatan tersebut saling berkaitan dalam memberikan bekal pengetahuan dan keterampilan bagi ibu dan keluarga untuk menghadapi tantangan menyusui selama masa pemulihan setelah persalinan.

Edukasi Menyusui bagi Ibu dan Keluarga

Edukasi menyusui dilaksanakan sebagai langkah awal untuk membekali ibu pascaoperasi sesar dan keluarga dengan pemahaman mengenai pentingnya pemberian ASI serta dukungan yang diperlukan selama masa menyusui. Materi edukasi mencakup manfaat ASI eksklusif bagi pertumbuhan dan perlindungan kesehatan bayi, pemberian ASI sesuai kebutuhan bayi, serta pentingnya menjaga kenyamanan ibu selama proses menyusui. Pemberian edukasi yang terstruktur merupakan salah satu bentuk dukungan yang dapat membantu ibu mempertahankan praktik menyusui, terutama ketika informasi diberikan secara berkesinambungan sejak periode sekitar persalinan (Oggero et al., 2024). Pengetahuan ibu mengenai ASI juga menjadi salah satu aspek yang berkaitan dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Kapti et al., 2023). Penyampaian materi juga menekankan bahwa keberhasilan menyusui tidak hanya bergantung pada kesiapan ibu, tetapi turut dipengaruhi oleh dukungan keluarga, baik dalam bentuk bantuan praktis maupun dukungan emosional. Dukungan suami dan keluarga dapat menjadi sumber dukungan penting bagi ibu dalam menjalankan praktik menyusui (Boediarsih et al., 2021; Soerya & Peristiowati, 2022). Pemahaman tersebut menjadi landasan bagi keluarga untuk mengambil peran aktif dalam membantu ibu menjalani masa pemulihan dan membangun rutinitas menyusui.



Gambar 1. Pelaksanaan Edukasi

Dokumentasi pada Gambar 1 memperlihatkan pelaksanaan edukasi menyusui yang dilakukan secara langsung kepada ibu dan keluarga. Kegiatan berlangsung melalui penyampaian informasi sehingga peserta memperoleh kesempatan untuk memahami

materi dan menyampaikan pertanyaan terkait kendala menyusui. Model edukasi yang melibatkan peserta secara langsung relevan dengan pendekatan edukatif yang menempatkan ibu sebagai penerima sekaligus pengguna informasi dalam praktik menyusui (Maleki et al., 2021). Keterlibatan keluarga dalam sesi edukasi menjadi bagian penting karena informasi yang diperoleh dapat diterapkan bersama selama ibu menjalani masa pemulihan di rumah. Hal tersebut sejalan dengan kajian mengenai dukungan praktis bagi ibu menyusui yang menempatkan keluarga sebagai salah satu sumber bantuan dalam menghadapi berbagai kebutuhan selama proses menyusui (Kusuma & Khofiyah, 2022). Edukasi ini juga memberikan pemahaman bahwa dukungan keluarga, seperti membantu kebutuhan ibu, memberikan dorongan positif, dan menciptakan suasana yang nyaman, merupakan bagian dari upaya mendukung keberlanjutan pemberian ASI. Pendekatan tersebut sesuai dengan konsep *family centered care* yang menempatkan keluarga sebagai bagian dari lingkungan pendukung ibu selama proses menyusui (Soerya & Peristiowati, 2022).

Pemberian edukasi kepada ibu dan keluarga sejalan dengan pentingnya dukungan sosial dalam praktik menyusui. Pengetahuan mengenai manfaat ASI perlu disertai pemahaman tentang cara memberikan dukungan yang sesuai dengan kondisi ibu, khususnya setelah menjalani persalinan melalui operasi sesar. Pengalaman ibu setelah operasi sesar menunjukkan bahwa proses menyusui dapat disertai berbagai tantangan fisik dan emosional sehingga dukungan dari lingkungan sekitar diperlukan selama masa adaptasi (Ulfa et al., 2023). Keluarga yang memahami kebutuhan ibu dapat membantu mengurangi beban selama masa pemulihan dan memberikan ruang bagi ibu untuk beradaptasi dengan proses menyusui. Dukungan keluarga juga berhubungan dengan praktik pemberian ASI eksklusif, terutama ketika keluarga memahami kebutuhan dan kondisi ibu selama menyusui (Sukarni et al., 2024). Oleh karena itu, edukasi tidak hanya berfungsi sebagai penyampaian informasi, tetapi juga sebagai sarana membangun kesadaran bersama mengenai tanggung jawab keluarga dalam mendukung pemenuhan kebutuhan nutrisi bayi.

Bimbingan Praktik Menyusui kepada Ibu

Bimbingan praktik menyusui diberikan untuk membantu ibu menerapkan teknik menyusui yang tepat dengan mempertimbangkan kondisi fisik setelah operasi sesar. Pendampingan difokuskan pada pengaturan posisi tubuh ibu, penempatan bayi, dan pelekatan bayi pada payudara. Ibu diberikan arahan mengenai posisi menyusui yang dapat membantu mengurangi tekanan pada area bekas operasi, sehingga proses menyusui dapat berlangsung dengan lebih nyaman. Kondisi setelah operasi sesar dapat memberikan tantangan tersendiri terhadap proses menyusui karena ibu membutuhkan penyesuaian posisi dan dukungan fisik selama masa awal postpartum (Li et al., 2021). Studi mengenai pengalaman perempuan setelah operasi sesar juga menunjukkan bahwa kendala fisik dan ketidaknyamanan menjadi bagian dari pengalaman menyusui yang perlu diperhatikan dalam pemberian dukungan (Ulfa et al., 2023). Bimbingan juga mencakup pengenalan tanda-tanda pelekatan yang baik, seperti posisi tubuh bayi yang menghadap ibu, mulut bayi terbuka lebar saat melekat, serta kenyamanan ibu selama proses menyusui. Pendekatan tersebut penting karena posisi dan pelekatan yang tepat berperan dalam mendukung proses transfer ASI, sedangkan teknik yang kurang tepat dapat menjadi hambatan dalam praktik menyusui (Nancy et al., 2022). Pendekatan praktik langsung memungkinkan ibu memperoleh pengalaman dalam menyesuaikan teknik menyusui dengan kondisi dan kebutuhan masing-masing.

Pendampingan secara langsung menjadi bagian penting karena ibu pascaoperasi sesar dapat menghadapi tantangan yang berbeda dibandingkan ibu yang menjalani persalinan pervaginam. Rasa tidak nyaman pada area operasi dan keterbatasan gerak dapat memengaruhi kemampuan ibu dalam mengatur posisi menyusui. Literatur mengenai menyusui setelah operasi sesar menunjukkan bahwa pemulihan fisik, nyeri, posisi menyusui, serta dukungan yang tersedia dapat memengaruhi pengalaman ibu dalam menyusui (Li et al., 2021). Bimbingan yang memperhatikan kenyamanan ibu membantu memberikan alternatif posisi yang sesuai sekaligus mendukung proses pelekatan bayi. Studi terhadap ibu postpartum menunjukkan bahwa kesalahan posisi dan pelekatan masih ditemukan dan pemberian konseling serta bantuan tenaga kesehatan menjadi salah satu langkah yang diperlukan untuk memperbaiki praktik menyusui (Nancy et al., 2022). Keterampilan tersebut diharapkan dapat menjadi bekal bagi ibu untuk melanjutkan praktik menyusui secara mandiri setelah memperoleh pendampingan dari tenaga kesehatan. Pendekatan edukatif dan suportif juga dapat membantu membangun keyakinan ibu dalam menjalankan praktik menyusui (Wong et al., 2021).

Keterlibatan keluarga dalam proses bimbingan juga memiliki peran penting dalam mendukung penerapan teknik menyusui di rumah. Keluarga dapat membantu menyiapkan posisi yang nyaman, menyediakan kebutuhan ibu, serta memberikan dukungan ketika ibu mengalami kesulitan selama menyusui. Dukungan praktis semacam ini merupakan bagian dari kebutuhan ibu selama proses menyusui, terutama ketika ibu membutuhkan bantuan untuk menjalankan aktivitas sehari-hari (Kusuma & Khofiyah, 2022). Pemahaman mengenai posisi dan pelekatan bayi yang benar memungkinkan keluarga memberikan bantuan yang lebih tepat tanpa mengabaikan kenyamanan maupun kemandirian ibu. Dukungan suami juga telah dikaitkan dengan praktik pemberian ASI eksklusif sehingga keterlibatan keluarga perlu dipandang sebagai bagian dari pendampingan menyusui, bukan sekadar dukungan tambahan (Boediarsih et al., 2021). Pendampingan ini memperkuat hubungan antara edukasi dan praktik, sehingga pengetahuan yang telah diperoleh dapat diterapkan dalam situasi sehari-hari.

Demonstrasi dan Praktik Pijat Oksitosin Bersama Keluarga

Demonstrasi dan praktik pijat oksitosin dilaksanakan sebagai bentuk pendampingan keterampilan bagi keluarga dalam mendukung proses menyusui. Kegiatan diawali dengan penjelasan mengenai tujuan pijat oksitosin, prinsip pelaksanaan, serta pentingnya memperhatikan kenyamanan ibu selama pemijatan. Tim pengabdian kemudian memperagakan teknik pijat pada area punggung sesuai prosedur yang diajarkan, disertai penjelasan mengenai posisi ibu dan gerakan pemijatan. Keluarga diberikan kesempatan untuk mengamati setiap tahapan agar memperoleh gambaran yang jelas sebelum melakukan praktik secara langsung. Kegiatan edukasi dan pelatihan mengenai pijat oksitosin telah digunakan dalam kegiatan pemberdayaan ibu menyusui untuk memberikan pengetahuan mengenai teknik tersebut (Amiruddin et al., 2021). Pelaksanaan kegiatan tetap memperhatikan kondisi ibu pascaoperasi sesar dan dilakukan dengan pendampingan agar teknik yang diterapkan sesuai dengan arahan tenaga kesehatan. Pendekatan demonstrasi dan praktik juga memberikan ruang bagi keluarga untuk memahami prosedur secara lebih konkret dibandingkan hanya menerima informasi secara verbal.



Gambar 2. Demonstrasi dan Praktik Pijat Oksitosin

Dokumentasi pada Gambar 2 menggambarkan keterlibatan keluarga dalam kegiatan demonstrasi dan praktik pijat oksitosin sebagai bagian dari pendampingan menyusui. Keluarga memperoleh penjelasan dan contoh gerakan pemijatan sebelum diberikan kesempatan untuk mempraktikkan kembali teknik yang telah diperagakan. Praktik terbimbing tersebut memberikan pengalaman langsung kepada keluarga dalam memahami prosedur pemijatan dan memperhatikan respons kenyamanan ibu. Keterlibatan keluarga dalam kegiatan ini sejalan dengan penerapan pijat oksitosin yang dapat melibatkan anggota keluarga sebagai bagian dari dukungan postpartum (Lestari & Fatimah, 2020). Pelatihan pijat oksitosin juga dapat menjadi sarana pemberian keterampilan kepada ibu dan keluarga agar memiliki pengalaman praktis dalam mendukung proses laktasi (Tyas et al., 2023). Keterlibatan keluarga dalam kegiatan ini menjadi bentuk dukungan praktis yang dapat diterapkan selama masa pemulihan, dengan tetap mengikuti petunjuk tenaga kesehatan.

Pijat oksitosin berkaitan dengan stimulasi refleks pengeluaran ASI melalui mekanisme oksitosin dalam proses laktasi. Oksitosin berperan dalam kontraksi sel mioepitel sehingga membantu pengeluaran ASI dari alveoli menuju saluran susu (Uvnas-Moberg et al., 2020). Sejumlah publikasi di Indonesia juga melaporkan penggunaan pijat oksitosin sebagai salah satu bentuk intervensi pendukung proses pengeluaran atau produksi ASI pada ibu postpartum (Triansyah et al., 2021). Pijat oksitosin dan perawatan payudara juga telah dikaji dalam konteks ibu menyusui di wilayah Puskesmas Lawanga, Kabupaten Poso (Triansyah et al., 2021). Stimulasi melalui pijatan pada area punggung dapat menjadi bagian dari pendekatan pendampingan yang memberikan kesempatan kepada ibu untuk memperoleh dukungan fisik dan relaksasi. Meskipun demikian, pijat oksitosin merupakan salah satu bentuk dukungan tambahan dan bukan pengganti proses menyusui yang efektif, pelekatan yang tepat, maupun pendampingan tenaga kesehatan ketika ibu mengalami kendala menyusui.

Praktik ulang oleh keluarga menjadi bagian penting dalam memastikan bahwa keterampilan yang diperoleh tidak berhenti pada tahap pengamatan demonstrasi. Melalui praktik tersebut, keluarga dapat mengenali tahapan pemijatan, memahami pentingnya komunikasi dengan ibu selama pelaksanaan, serta menyesuaikan tekanan dan gerakan berdasarkan kenyamanan ibu. Kegiatan pemberdayaan mengenai pijat oksitosin menunjukkan bahwa penyampaian informasi yang disertai praktik dapat menjadi sarana untuk membekali peserta dengan keterampilan yang lebih aplikatif (Amiruddin et al., 2021). Pelatihan pijat oksitosin melalui kelas menyusui juga menempatkan praktik sebagai bagian dari proses pembekalan keterampilan bagi ibu menyusui (Tyas et al., 2023). Keterampilan ini memberikan kesempatan kepada keluarga untuk terlibat secara lebih aktif dalam perawatan ibu, sekaligus memperkuat dukungan emosional selama masa menyusui. Penerapan pijat oksitosin di rumah tetap

perlu memperhatikan kondisi ibu dan dilakukan sesuai arahan tenaga kesehatan agar kegiatan pendampingan tetap berada dalam batas yang aman.

Penguatan Keberdayaan Mitra

Rangkaian kegiatan memberikan ruang penguatan keberdayaan bagi ibu pascaoperasi sesar dan keluarga melalui tiga bentuk pengalaman yang saling berkaitan, yaitu pemahaman mengenai ASI eksklusif, keterampilan praktik menyusui, dan kemampuan keluarga dalam memberikan dukungan melalui pijat oksitosin. Ibu memperoleh pendampingan untuk memahami kebutuhan menyusui dan menerapkan teknik yang sesuai dengan kondisi pascaoperasi, sedangkan keluarga memperoleh pengetahuan dan pengalaman praktis dalam mendukung proses tersebut. Edukasi kesehatan yang melibatkan keluarga juga diterapkan dalam program pencegahan stunting yang membekali orang tua dan pengasuh dengan pemahaman mengenai ASI eksklusif dan pemenuhan kebutuhan gizi anak (Hidayat et al., 2026). Keterlibatan kedua pihak menjadi bagian penting dalam membangun lingkungan yang mendukung keberlanjutan pemberian ASI, terutama ketika ibu telah kembali ke rumah dan tidak lagi memperoleh pendampingan langsung dari tim pelaksana.

Penguatan keberdayaan juga tercermin melalui pergeseran peran keluarga dari sekadar penerima informasi menjadi pendamping aktif dalam perawatan ibu. Keluarga tidak hanya memperoleh penjelasan mengenai pentingnya ASI, tetapi juga dilibatkan dalam praktik yang dapat diterapkan selama masa menyusui. Pengalaman mengikuti demonstrasi dan praktik pijat oksitosin memberikan bekal keterampilan yang dapat dimanfaatkan sebagai bentuk dukungan tambahan bagi ibu. Sementara itu, bimbingan menyusui membantu ibu memperoleh pemahaman praktis yang dapat digunakan untuk menghadapi kendala posisi dan pelekatan bayi. Kegiatan pemberdayaan berbasis edukasi, diskusi, dan praktik langsung juga digunakan untuk memperkuat pengetahuan serta keterampilan keluarga dalam mendukung kesehatan anak (Arianti et al., 2025). Keterpaduan ketiga kegiatan tersebut memperkuat kesiapan ibu dan keluarga dalam menjalankan peran masing-masing selama masa menyusui.

Keberlanjutan keberdayaan mitra memerlukan dukungan yang konsisten dari keluarga dan tenaga kesehatan. Pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh selama kegiatan dapat menjadi dasar bagi ibu dan keluarga untuk membangun kebiasaan menyusui yang sesuai dengan kebutuhan bayi serta kondisi ibu. Pihak RS PKU Muhammadiyah Bantul juga memiliki peran strategis dalam melanjutkan edukasi dan pendampingan melalui layanan kesehatan ibu dan anak, khususnya bagi ibu yang memerlukan bantuan selama masa nifas. Sinergi antara ibu, keluarga, dan tenaga kesehatan diharapkan dapat memperkuat dukungan menyusui secara berkelanjutan serta mendorong terciptanya pengalaman menyusui yang lebih nyaman bagi ibu pascaoperasi sesar.

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di RS PKU Muhammadiyah Bantul dilaksanakan sebagai upaya menjawab permasalahan ibu pascaoperasi sesar dan keluarga dalam menghadapi kendala menyusui, terutama terkait keterbatasan pemahaman mengenai ASI eksklusif, penerapan teknik menyusui yang benar, dan keterampilan keluarga dalam memberikan dukungan melalui pijat oksitosin. Solusi dilaksanakan melalui tiga bentuk kegiatan, yaitu edukasi menyusui bagi ibu dan keluarga, bimbingan praktik menyusui kepada ibu, serta demonstrasi dan praktik pijat oksitosin bersama keluarga.

Pelaksanaan kegiatan memberikan pengalaman edukatif dan praktis bagi peserta. Edukasi membekali ibu dan keluarga dengan pemahaman mengenai manfaat ASI eksklusif dan pentingnya dukungan keluarga. Bimbingan praktik memberikan pendampingan kepada ibu dalam mengatur posisi dan pelekatan bayi dengan memperhatikan kenyamanan selama masa pemulihan. Demonstrasi pijat oksitosin memberikan kesempatan kepada keluarga untuk mempelajari dan mempraktikkan teknik pemijatan sebagai bentuk dukungan tambahan selama menyusui. Ketercapaian pelaksanaan program ditinjau melalui keterlibatan peserta, pemahaman terhadap materi, serta kemampuan mempraktikkan keterampilan yang diajarkan selama pendampingan.

Keberlanjutan program diarahkan pada penerapan pengetahuan dan keterampilan oleh ibu dan keluarga di rumah, dengan dukungan tenaga kesehatan melalui layanan kesehatan ibu dan anak. Sinergi tersebut diharapkan dapat memperkuat keterlibatan keluarga, mendukung kenyamanan ibu selama menyusui, dan mendorong keberlanjutan pemberian ASI setelah ibu menjalani persalinan melalui operasi sesar.

Ucapan Terimakasih

-

Referensi

- Alif, Z. S., Handayani, R. T., Lu, Y. Y., & Putri, A. P. (2024). Enhancing breast milk production in breastfeeding mothers through oxytocin massage interventions: A systematic review. *Avicenna: Journal of Health Research*, 7(2), 8-16. <https://doi.org/10.36419/avicenna.v7i2.1203>
- Amiruddin, A., Siregar, N. Y., Noya, F., Nurfatimah, N., & Longgupa, L. W. (2021). The efforts increasing the knowledge of breastfeeding mothers about oxytocin massage in enhancing breast milk production. *Community Empowerment*, 6(6), 921–925. <https://doi.org/10.31603/ce.4541>
- Arianti, M. N., Dumatubun, C. J. N., Ula, M. S., Prakasa, D. A., & Afifi, Z. (2025). Gerakan PKK Peduli Stunting: Pencegahan stunting balita melalui program makanan bergizi di Desa Ternadi. *Jurnal IPMAS*, 5(2), 127–137. <https://doi.org/10.54065/ipmas.5.2.2025.949>
- Arniyanti, A., & Angraeni, D. (2020). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum di Rumah Sakit Khusus Daerah Ibu dan Anak Siti Fatimah Makassar. *Jurnal Mitrasedhat*, 10(1), 1–11. <https://doi.org/10.51171/jms.v10i1.129>
- Ashari, A., Asrina, A., & Idris, F. P. (2020). Pengaruh pijat oksitosin pada ibu nifas terhadap pengeluaran ASI, respon ibu dan keberlangsungan pemberian ASI di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Sinjai. *Jurnal Mitrasedhat*, 10(1), 132–145. <https://doi.org/10.51171/jms.v10i1.122>
- Boediarsih, B., Astuti, B. W., & Wulaningsih, I. (2021). Dukungan suami terhadap pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui. *Jendela Nursing Journal*, 5(2), 74–82. <https://doi.org/10.31983/jnj.v5i2.7983>
- Hidayah, N., Maulana, E., & Febriana, F. (2023). Pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 15(2), 257–262. <https://doi.org/10.37012/jik.v15i2.1871>
- Hidayat, N., Selutan, I., Thong, H., Rissa, M., Indamala, F., Sulung, C. T., & Audi, A. (2026). Bersama Cegah Stunting: Edukasi dan pemenuhan gizi seimbang

- sebagai upaya pencegahan stunting di Kelurahan Gunung Lingkas. *Jurnal IPMAS*, 6(1), 51–64. <https://doi.org/10.54065/ipmas.6.1.2026.1105>
- Kapti, R. E., Arief, Y. S., & Azizah, N. (2023). Mother's knowledge as a dominant factor for the success of exclusive breastfeeding in Indonesia. *Healthcare in Low-Resource Settings*, 11(S1), 11209. <https://doi.org/10.4081/hls.2023.11209>
- Kusuma, N. I., & Khofiyah, N. (2022). Practical support for breastfeeding mothers in achieving exclusive breastfeeding: A scoping review. *JKKI: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Indonesia*, 13(3), 308–320. <https://doi.org/10.20885/JKKI.Vol13.Iss3.art11>
- Lestari, P., & Fatimah. (2020). Family participation in postnatal oxytocin massage during Covid-19 pandemic. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 8(4), 10–11. [https://doi.org/10.21927/jnki.2020.8\(4\).10-11](https://doi.org/10.21927/jnki.2020.8(4).10-11)
- Li, L., Wan, W., & Zhu, C. (2021). Breastfeeding after a cesarean section: A literature review. *Midwifery*, 103, 103117. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2021.103117>
- Maleki, A., Faghihzadeh, E., & Youseflu, S. (2021). The effect of educational intervention on improvement of breastfeeding self-efficacy: A systematic review and meta-analysis. *Obstetrics and Gynecology International*, 2021, 5522229. <https://doi.org/10.1155/2021/5522229>
- Mokhtari Sorkhani, T., Namazian, E., Komsari, S., & Arab, S. (2021). Investigating the relationship between childbirth type and breastfeeding pattern based on the LATCH scoring system in breastfeeding mothers. *Zeitschrift für Geburtshilfe und Neonatologie*, 225(10), 728–735. <https://doi.org/10.1055/s-0041-1735985>
- Nancy, S., Sindhuri, R., Arunagirinathan, A., & Dongre, A. R. (2022). Breastfeeding positioning and attachment among postnatal mothers: A mixed methods study in a tertiary care hospital in Puducherry, South India. *Indian Journal of Community Medicine*, 47(1), 120–124. https://doi.org/10.4103/ijcm.ijcm_859_21
- Nidaa, I., & Krianto, T. (2022). Scoping review: Faktor sosial budaya terkait pemberian ASI eksklusif di Indonesia. *Jurnal Litbang Kota Pekalongan*, 20(1). <https://doi.org/10.54911/litbang.v20i1.190>
- Oggero, M. K., Rozmus, C. L., & LoBiondo-Wood, G. (2024). Effects of prenatal breastfeeding education on breastfeeding duration beyond 12 weeks: A systematic review. *Health Education & Behavior*, 51(5), 665–676. <https://doi.org/10.1177/10901981231220668>
- Perez-Escamilla, R., Tomori, C., Hernández-Cordero, S., et al. (2023). Breastfeeding: Crucially important, but increasingly challenged in a market-driven world. *The Lancet*, 401(10375), 472–485. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(22\)01932-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(22)01932-8)
- Soerya, A. W., & Peristiwati, Y. (2022). Penerapan model family centered care terhadap self efficacy dan peran keluarga dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif. *Jl-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 6(1), 55–64. <https://doi.org/10.33006/ji-kes.v6i1.442>
- Sukarni, Surtinah, N., & Santoso, B. J. (2024). Hubungan pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga dengan pemberian ASI eksklusif. *Gema Bidan Indonesia*, 13(2), 43–51. <https://doi.org/10.36568/gebindo.v13i2.205r>
- Susianti, S., & Usman, A. (2020). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post sectio cesarea. *Jurnal Bidan Cerdas*, 2(1), 37–45. <https://doi.org/10.33860/jbc.v2i1.81>
- Triansyah, A., Stang, Indar, Indarty, A., Tahir, M., Sabir, M., et al. (2021). The effect of oxytocin massage and breast care on the increased production of breast milk of breastfeeding mothers in the working area of the public health center of

- Lawanga of Poso District. *Gaceta Sanitaria*, 35(Suppl. 2), 168–170. <https://doi.org/10.4103/ijcm.ijcm.859.21>
- Tyas, T. P., Perbawati, D., Astiti, A. D., & Margaretha, V. (2023). Oxytocin massage training for breastfeeding mothers through breastfeeding class at Mimik Suwarminingsih Midwifery Independent Service Mumbulsari Sub-District Jember District. *Jurnal IDAMAN*, 7(1), 9–11. <https://doi.org/10.31290/j.idaman.v7i1.3736>
- Ulfa, Y., Maruyama, N., Igarashi, Y., & Horiuchi, S. (2023). Women's experiences of breastfeeding after a cesarean section: A meta-synthesis. *Japan Journal of Nursing Science*, 20(3), e12534. <https://doi.org/10.1111/jjns.12534>
- Uvnas-Moberg, K., Ekström-Bergström, A., Buckley, S., Massarotti, C., Pajalic, Z., Luegmair, K., Kotlowska, A., Lengler, L., Olza, I., Grylka-Baeschlin, S., Leahy-Warren, P., Hadjigeorgiu, E., Villamea, S., & Dencker, A. (2020). Maternal plasma levels of oxytocin during breastfeeding—A systematic review. *PLOS ONE*, 15(8), e0235806. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0235806>
- Wong, M. S., Mou, H., & Chien, W. T. (2021). Effectiveness of educational and supportive intervention for primiparous women on breastfeeding related outcomes and breastfeeding self-efficacy: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 117, 103874. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2021.103874>