

Memorandum of Understanding

NOTA KESEPAHAMAN

antara

INSTITUT ILMU KESEHATAN BHAKTI WIYATA KEDIRI

dengan

KECAMATAN WATES, KABUPATEN KEDIRI

JAWA TIMUR

Tentang

TRIDHARMA PERGURUAN TINGGI

Nomor : 288/R/KS/IX/2025

Nomor : 000.4.7.2/01/418.65/2025

Pada hari ini Selasa tanggal Sembilan bulan September tahun Dua Ribu Dua Puluh Lima (09-09-2025), telah dibuat dan ditandatangani Nota Kesepahaman antara:

1. **Prof. Dr. apt. Muhamad Zainuddin**, selaku Rektor Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri, berkedudukan di Jl. K.H. Wahid Hasyim no. 65 Kediri. Dalam hal ini bertindak untuk dan atas nama Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri, selanjutnya disebut **PIHAK PERTAMA**.
2. **Subur Widono, S.S.T.P., MM.** selaku Camat Kecamatan Wates, berkedudukan di Jl Raya Kediri No 296, Wonorejo, Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri, Jawa Timur dalam hal ini bertindak untuk dan atas nama Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri, Jawa Timur, selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA**.

PIHAK PERTAMA dan **PIHAK KEDUA** secara bersama-sama disebut **PARA PIHAK**, sedangkan secara sendiri-sendiri disebut **PIHAK**.

Bahwa berdasarkan hal-hal tersebut diatas, **PARA PIHAK** sepakat mengadakan Nota Kesepahaman tentang pelaksanaan Tridharma Perguruan Tinggi dengan ketentuan sebagai berikut:

PARAF	PIHAK PERTAMA	PIHAK KEDUA
		

Pasal 1

Maksud dan Tujuan

Nota Kesepahaman ini dimaksudkan untuk mengimplementasikan Tridharma Perguruan Tinggi dalam bentuk Peningkatan dan Pengembangan Sumber Daya yang merupakan salah satu langkah yang di lakukan untuk meningkatkan kualitas pendidikan di Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri agar menghasilkan lulusan yang berbudaya PLUS (Prima dalam pelayanan, Luhur dalam pekerti, Unggul dalam berkarya, Sejahtera dalam berkehidupan bersama).

Pasal 2

Ruang Lingkup

PARA PIHAK bermaksud mengadakan nota kesepahaman dalam hal:

1. Pendidikan
2. Penelitian
3. Pengabdian kepada masyarakat
4. Kegiatan lain yang disepakati kedua pihak

Pasal 3

Pelaksanaan

Pelaksanaan Nota Kesepahaman ini diatur lebih lanjut dalam Perjanjian Kerja Sama yang dibuat oleh Pimpinan Fakultas yang membidangi substansi yang diatur dalam Nota Kesepahaman ini.

Pasal 4

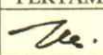
Tanggung Jawab

1. PARA PIHAK bertanggung jawab atas semua kebijakan pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat.
2. Sarana dan prasarana yang dibutuhkan untuk penyelenggaraan pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat menjadi tanggung jawab PARA PIHAK.

Pasal 5

Jangka Waktu

1. Nota Kesepahaman ini berlaku untuk jangka waktu 5 (lima) tahun terhitung sejak tanggal ditandatanganinya .

PARAF	PIHAK PERTAMA	PIHAK KEDUA
		

2. Apabila setelah berakhirnya jangka waktu sebagaimana dimaksud pada ayat (1) di atas ternyata masih terdapat Perjanjian Kerja Sama yang belum ditandatangani, maka Nota Kesepahaman ini dapat diperpanjang atas kesepakatan tertulis **PARA PIHAK**.
3. Nota Kesepahaman ini dapat diakhiri sebelum berakhirnya jangka waktu sebagaimana dimaksud pada ayat (1) berdasarkan kesepakatan **PARA PIHAK**.
4. Apabila Nota Kesepahaman ini berakhir dan tidak diperpanjang, maka kondisi tersebut tidak mengurangi kewajiban **PARA PIHAK** untuk menyelesaikan kewajiban-kewajiban yang telah timbul sebelum berakhirnya atau diakhirinya Nota Kesepahaman ini dengan ketentuan berakhirnya atau diakhirinya Nota Kesepahaman ini tidak mempengaruhi berlakunya Perjanjian Kerja Sama yang telah dibuat dan ditandatangani oleh **PARA PIHAK**.

Pasal 6

Lain-Lain

1. Hal-hal yang belum atau tidak cukup diatur dalam Nota Kesepahaman ini akan diatur kemudian secara tertulis berdasarkan persetujuan **PARA PIHAK** dan merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari Nota Kesepahaman ini.
2. Perubahan Nota Kesepahaman ini dapat dilakukan dengan persetujuan tertulis oleh **PARA PIHAK**.

Demikian Nota Kesepahaman ini dibuat dan ditandatangani dalam rangkap 2 (dua) yang masing-masing bermeterai cukup sehingga memiliki kekuatan hukum yang sama bagi masing-masing **PIHAK**.

PIHAK PERTAMA

Rektor
Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata
Kediri



Prof. Dr. apt. Muhamad Zainuddin

PIHAK KEDUA

Camat
Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri
Jawa Timur



Subur Widono, S.S.T.P., MM.

PARAF	PIHAK PERTAMA	PIHAK KEDUA

**LAPORAN AKHIR
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
HIBAH INTERNAL**



**PENINGKATAN KESIAPAN CALON IBU MELALUI
EDUKASI DAN PRAKTIK TEKNIK PIJAT OKSITOSIN
SEBAGAI UPAYA PERSIAPAN KEBERHASILAN ASI
EKSKLUSIF**

Oleh :

Anggraini Dyah Setiyarini, S.Keb.,M.Kes (0701029004)

Alfadefi Khalifatunnisak, S.ST.Keb., M.KM (0712128906)

Candra dewinataningtyas, SST., M.Keb (0702098702)

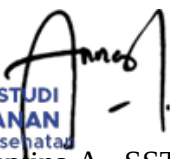
DikaYanuar Frafitasari, S.Tr.Keb., M.KM/ 0708019204

**INSTITUT ILMU KESEHATAN BHAKTI WIYATA KEDIRI
TAHUN 2025**

HALAMAN PENGESAHAN
LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

1. Judul Program : “ Peningkatan Kesiapan Calon Ibu melalui Edukasi dan Praktik Teknik Pijat Oksitosin sebagai Upaya Persiapan Keberhasilan ASI Eksklusif ”
2. Ketua Pelaksana
 - a. Nama : Anggraini Dyah Setiyarini, S.Keb.,M.Kes
 - b. NIDN/NIK : 0701029004/2015.0754
 - c. Jabatan/Golongan : Lektor/ Penata Muda Tk. I - III/b
 - d. Program Studi : S1 Kebidanan
 - e. Alamat surel : Anggraini.dyah@iik.ac.id
 - f. No. Tlp : +62 82233451169
 - g. Bidang Keahlian : Kebidanan
3. Anggota Tim Pengusul
 - a. Jumlah Anggota : 4 Orang
 - b. Jumlah Mahasiswa : 3 Orang
 - c. Nama Anggota 1/Bidang Keahlian : Alfadefi Khalifatunnisak, S.ST.Keb., M.KM /Kebidanan
 - d. Nama Anggota 2/Bidang Keahlian : Candra dewinataningtyas, SST., M.Keb/ Kebidanan
 - e. Nama Anggota 3/Bidang Keahlian : DikaYanuar Frafitasari, S.Tr.Keb., M.KM/ Kebidanan
4. Institusi Mitra
 - a. Nama Institusi Mitra : Desa Silir Kecamatan Wates Kabupaten Kediri
 - b. Wilayah Mitra : Desa Silir Kecamatan Wates Kabupaten Kediri
 - c. Penanggung Jawab : Kepala Desa Silir Kecamatan Wates Kabupaten Kediri
5. Lama Kegiatan : 1 bulan
6. Tujuan Pembangunan Keberlanjutan (SDGs) : 2,3,4 dan 5
7. Anggaran Biaya (Rp) : Rp 5.500.000,-

Mengetahui,
Kaprosdi



(Anna Septina A., SST., M. Keb.)
NIDN. 0703108605

Mengetahui,
Dekan



FAKULTAS
KESEHATAN
INSTITUT ILMU KESEHATAN
BHAKTI WIYATA

Dr. Ika Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN. 0723068402

Kediri, 30 September 2025
Pelaksana



(Anggraini Dyah Setiyarini, SST.,M.Kes)
NIDN. 0712128906

Mengetahui,
Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian
Kepada Masyarakat



FAKULTAS
KESEHATAN
INSTITUT ILMU KESEHATAN
BHAKTI WIYATA

(Prof. Dr. apt. Siswandono, M.S.)
NIDK. 8926680023

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya laporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berjudul **“Peningkatan Kesiapan Calon Ibu melalui Edukasi dan Praktik Teknik Pijat Oksitosin sebagai Upaya Persiapan Keberhasilan ASI Eksklusif”** dapat disusun dan diselesaikan dengan baik.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan sebagai bentuk implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya dalam upaya meningkatkan peran tenaga kesehatan dan akademisi dalam pemberdayaan masyarakat. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan calon ibu mengenai pentingnya kesiapan menyusui sejak dini melalui edukasi dan praktik teknik pijat oksitosin sebagai salah satu upaya persiapan keberhasilan ASI eksklusif.

ASI eksklusif merupakan fondasi utama dalam pemenuhan gizi optimal bayi, yang berkontribusi besar terhadap kesehatan ibu dan anak. Oleh karena itu, intervensi yang bersifat promotif dan preventif sejak masa pra-kehamilan menjadi sangat penting. Melalui kegiatan edukasi dan praktik langsung, diharapkan calon ibu memiliki kesiapan fisik dan psikologis yang lebih baik dalam menghadapi proses menyusui di masa mendatang.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak terlepas dari dukungan dan kerja sama berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada pimpinan institusi, mitra kegiatan, perangkat desa, tenaga kesehatan setempat, serta seluruh peserta yang telah berpartisipasi aktif dan mendukung terselenggaranya kegiatan ini dengan baik.

Penulis menyadari bahwa laporan ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan. Oleh karena itu, saran dan masukan yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan laporan dan peningkatan kualitas kegiatan pengabdian masyarakat di masa yang akan datang. Semoga laporan ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang kesehatan ibu dan anak, serta menjadi referensi bagi pelaksanaan kegiatan serupa di kemudian hari.

RINGKASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilatarbelakangi oleh pentingnya capaian ASI Eksklusif sebagai indikator strategis dalam menekan angka *stunting* dan meningkatkan kualitas kesehatan bayi di Indonesia. Masalah utama yang ditemukan pada mitra sasaran, yaitu calon ibu di Desa Silir, Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri, adalah rendahnya pengetahuan dan keterampilan praktis mengenai persiapan menyusui. Sebagian besar calon ibu masih menganggap menyusui sebagai proses alami tanpa persiapan khusus, sehingga muncul kecemasan psikologis terkait kecukupan produksi ASI. Sebagai solusi, program ini menawarkan intervensi berupa edukasi dan pelatihan teknik pijat oksitosin yang berperan krusial dalam merangsang *let-down reflex* serta memberikan efek relaksasi bagi ibu.

Pelaksanaan kegiatan yang berlangsung pada 13 September 2025 ini dilakukan melalui pendekatan yang komprehensif, mencakup metode ceramah interaktif, demonstrasi, hingga praktik langsung (*redemonstrasi*). Fokus utama intervensi adalah membekali calon ibu dan anggota keluarga dengan keterampilan teknis pemijatan pada area tulang belakang untuk menstimulasi hormon oksitosin. Selain memberikan manfaat klinis, kegiatan ini juga dirancang untuk mendukung pencapaian target *Sustainable Development Goals* (SDGs), khususnya pada pilar tanpa kelaparan melalui gizi optimal, kehidupan sehat dan sejahtera, pendidikan berkualitas, serta kesetaraan gender melalui pemberdayaan perempuan dalam pengambilan keputusan kesehatan reproduksi.

Hasil pengabdian menunjukkan adanya transformasi yang signifikan pada mitra sasaran. Secara kognitif, terjadi peningkatan pemahaman mengenai fisiologi laktasi yang dibuktikan melalui kenaikan skor rata-rata *post-test*. Secara psikomotor, para calon ibu beserta suami telah mampu mempraktikkan teknik pijat oksitosin secara mandiri dengan benar. Luaran materiel berupa *booklet* panduan praktis dan video tutorial juga telah didistribusikan sebagai rujukan mandiri bagi peserta di rumah. Keberhasilan ini tidak hanya meningkatkan kesiapan fisik, tetapi juga membangun kepercayaan diri dan komitmen calon ibu untuk memberikan ASI Eksklusif.

Sebagai langkah keberlanjutan, program ini menekankan pada strategi internalisasi melalui kader kesehatan desa dan integrasi ke dalam layanan kelas ibu hamil di Puskesmas setempat. Rekomendasi tindak lanjut diarahkan pada pendampingan intensif pada masa nifas dini serta perluasan sasaran pelatihan bagi para suami melalui "Kelas Ayah Siaga". Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil menciptakan sistem pendukung

(*support system*) yang kuat di tingkat domestik, yang diharapkan dapat memberikan dampak jangka panjang terhadap peningkatan cakupan ASI Eksklusif dan kesejahteraan ibu serta anak di wilayah tersebut.

Kata kunci: ASI Eksklusif, Calon Ibu, Kesiapan Menyusui, Pijat Oksitosin, Pemberdayaan Masyarakat.

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN i

KATA PENGANTAR	1
RINGKASAN.....	2
DAFTAR ISI.....	1
DAFTAR LAMPIRAN.....	2
BAB I PENDAHULUAN	3
BAB II TARGET DAN LUARAN.....	6
BAB III METODE PELAKSANAAN.....	10
BAB IV HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI	14
BAB V RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA	16
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	20
DAFTAR PUSTAKA	22
LAMPIRAN	23

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Tugas Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat

Lampiran 2. Dokumentasi Kegiatan

Lampiran 3. Absensi Peserta

BAB I

PENDAHULUAN

A. Analisa Situasi

Kesehatan ibu dan anak masih menjadi isu strategis dalam pembangunan kesehatan di Indonesia. Salah satu indikator penting dalam upaya peningkatan kualitas kesehatan bayi adalah keberhasilan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan. ASI eksklusif terbukti memberikan manfaat optimal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi, meningkatkan daya tahan tubuh, serta menurunkan risiko penyakit infeksi dan stunting. Namun demikian, capaian ASI eksklusif di berbagai wilayah masih belum optimal dan menghadapi berbagai tantangan, baik dari aspek individu, keluarga, maupun lingkungan.

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap keberhasilan ASI eksklusif adalah kesiapan ibu sejak masa pra-kehamilan. Kesiapan ini mencakup kesiapan pengetahuan, sikap, keterampilan, serta kesiapan fisik dan psikologis dalam menghadapi proses menyusui. Calon ibu yang memiliki pemahaman dan persiapan yang baik cenderung lebih percaya diri dan mampu menghadapi tantangan menyusui setelah melahirkan. Oleh karena itu, intervensi sejak dini pada kelompok calon ibu menjadi langkah strategis dalam mendukung keberhasilan menyusui.

Teknik pijat oksitosin merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang dapat merangsang hormon oksitosin, yang berperan penting dalam proses menyusui, khususnya refleks pengeluaran ASI (let-down reflex). Selain manfaat fisiologis, pijat oksitosin juga memberikan efek relaksasi, mengurangi stres, serta meningkatkan rasa nyaman dan kesiapan psikologis ibu. Pengenalan dan pelatihan teknik pijat oksitosin sejak masa pra-kehamilan diharapkan dapat menjadi bekal awal bagi calon ibu dalam mempersiapkan diri menghadapi masa menyusui.

Berdasarkan hasil pengamatan awal dan komunikasi dengan mitra, diketahui bahwa sebagian besar calon ibu belum mendapatkan edukasi yang memadai mengenai persiapan menyusui, khususnya terkait teknik pijat oksitosin. Edukasi yang diberikan selama ini masih berfokus pada masa kehamilan dan nifas, sehingga aspek persiapan sejak dini belum menjadi perhatian utama. Kondisi ini menunjukkan perlunya kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada peningkatan kesiapan calon ibu melalui pendekatan edukatif dan praktis.

B. Permasalahan mitra

Mitra dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah kelompok calon ibu yang berada di wilayah sasaran. Berdasarkan hasil identifikasi masalah melalui diskusi awal dan observasi lapangan, diperoleh beberapa permasalahan utama yang dihadapi mitra, antara lain:

1. Rendahnya pengetahuan calon ibu tentang persiapan menyusui, khususnya terkait peran hormon oksitosin dan manfaat teknik pijat oksitosin dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif. Sebagian besar calon ibu masih memandang menyusui sebagai proses yang terjadi secara alami tanpa memerlukan persiapan khusus.
2. Belum adanya keterampilan praktis pada calon ibu dalam melakukan teknik pijat oksitosin. Mitra belum pernah mendapatkan pelatihan atau praktik langsung mengenai pijat oksitosin sebagai bagian dari persiapan menyusui.
3. Kurangnya kesiapan psikologis calon ibu dalam menghadapi proses menyusui, yang ditandai dengan adanya kekhawatiran, rasa takut, dan kurangnya kepercayaan diri terkait kemampuan memberikan ASI secara eksklusif di masa mendatang.
4. Minimnya kegiatan edukasi promotif dan preventif yang secara khusus menyasar calon ibu terkait persiapan keberhasilan ASI eksklusif. Program yang ada umumnya baru menyasar ibu hamil atau ibu nifas, sehingga intervensi ini belum optimal.

Permasalahan-permasalahan tersebut menunjukkan bahwa mitra membutuhkan suatu kegiatan yang tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga membekali calon ibu dengan keterampilan praktis dan meningkatkan kesiapan mental dalam menghadapi proses menyusui. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui edukasi dan praktik teknik pijat oksitosin dipandang sebagai solusi yang relevan dan tepat sasaran untuk menjawab permasalahan mitra.

C. Uraikan tujuan pelaksanaan kegiatan dan kaitannya dengan SDG'S

1. SDGs 2: Tanpa Kelaparan (Zero Hunger)

ASI eksklusif merupakan sumber gizi terbaik bagi bayi pada awal kehidupan. Dengan meningkatkan kesiapan calon ibu dalam pemberian ASI, kegiatan ini secara tidak langsung berkontribusi pada pemenuhan gizi optimal bayi dan pencegahan masalah gizi, termasuk stunting.

2. SDG'S 3 Kehidupan Sehat dan Sejahtera (*Good Health and Well-being*)

Kegiatan ini berkontribusi pada peningkatan kesehatan ibu dan bayi melalui upaya promotif dan preventif berupa edukasi dan praktik teknik pijat oksitosin. Persiapan menyusui sejak dini diharapkan dapat mendukung keberhasilan ASI eksklusif, yang berperan penting dalam menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi serta meningkatkan kesejahteraan ibu.

3. SDG'S 4 Pendidikan Berkualitas (*Quality Education*)

Edukasi kesehatan yang diberikan kepada calon ibu merupakan bentuk pendidikan nonformal yang berkontribusi pada peningkatan literasi kesehatan masyarakat. Pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh diharapkan dapat diaplikasikan secara berkelanjutan dalam kehidupan sehari-hari.

4. SDG'S 5 Kesenjangan Gender (*Gender Equality*)

Kegiatan ini mendukung pemberdayaan perempuan melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan calon ibu dalam menjaga kesehatan dirinya dan bayinya. Pemberdayaan calon ibu sejak pra-kehamilan memperkuat peran perempuan dalam pengambilan keputusan terkait kesehatan reproduksi dan pengasuhan anak..

BAB II

TARGET DAN LUARAN

A. Bentuk Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk edukasi dan pelatihan keterampilan kepada calon ibu yang difokuskan pada peningkatan kesiapan menyusui melalui pemahaman dan praktik teknik pijat oksitosin. Kegiatan diawali dengan pemberian edukasi kesehatan mengenai pentingnya ASI eksklusif sebagai fondasi pemenuhan gizi bayi, serta perlunya persiapan menyusui sejak masa pra-kehamilan. Pada tahap ini, peserta diberikan pemahaman mengenai konsep kesiapan menyusui, fisiologi laktasi, serta peran hormon oksitosin dalam proses menyusui.

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi teknik pijat oksitosin oleh tim pelaksana. Demonstrasi dilakukan secara bertahap dengan memperhatikan prinsip keamanan dan kenyamanan, sehingga peserta dapat memahami setiap langkah dengan jelas. Selanjutnya, calon ibu diberikan kesempatan untuk melakukan praktik langsung teknik pijat oksitosin dengan pendampingan dari tim pelaksana. Pendampingan ini bertujuan untuk memastikan bahwa teknik yang dilakukan sudah sesuai serta meningkatkan keterampilan dan kepercayaan diri peserta.

Selama kegiatan berlangsung, dilakukan diskusi interaktif dan konseling singkat untuk menggali pengalaman, persepsi, serta kekhawatiran calon ibu terkait proses menyusui. Diskusi ini juga menjadi sarana untuk memperkuat kesiapan psikologis peserta serta membangun sikap positif terhadap pemberian ASI eksklusif. Interaksi dua arah diharapkan dapat meningkatkan partisipasi aktif dan pemahaman peserta secara menyeluruh.

Sebagai bagian dari kegiatan, dilakukan evaluasi untuk menilai efektivitas pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat. Evaluasi dilakukan melalui pengukuran pengetahuan dan keterampilan peserta sebelum dan sesudah kegiatan, serta observasi terhadap kemampuan peserta dalam mempraktikkan teknik pijat oksitosin. Hasil evaluasi digunakan sebagai dasar untuk menilai peningkatan kesiapan calon ibu serta sebagai bahan perbaikan untuk kegiatan pengabdian selanjutnya.

Melalui pelaksanaan kegiatan yang terintegrasi antara edukasi, praktik, pendampingan, dan evaluasi ini, diharapkan calon ibu memiliki bekal pengetahuan, keterampilan, dan kesiapan mental yang lebih baik dalam menghadapi proses menyusui, sehingga dapat mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif di masa mendatang.

B. Target

Target pengabdian kepada masyarakat dalam kegiatan **“Peningkatan Kesiapan Calon Ibu melalui Edukasi dan Praktik Teknik Pijat Oksitosin sebagai Upaya Persiapan Keberhasilan ASI Eksklusif”** diarahkan pada peningkatan kapasitas individu sasaran, penguatan perilaku kesehatan, serta tersedianya luaran kegiatan yang dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan.

Sasaran utama kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah **calon ibu**, yaitu perempuan usia reproduktif yang sedang merencanakan kehamilan atau berada pada tahap pra-kehamilan. Kelompok ini dipilih karena memiliki peran strategis dalam mempersiapkan diri secara fisik dan psikologis untuk menghadapi proses menyusui di masa mendatang.

Target yang ingin dicapai dari pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meliputi: Pertama, **meningkatkan pengetahuan calon ibu** mengenai pentingnya ASI eksklusif, konsep kesiapan menyusui, fisiologi laktasi, serta peran hormon oksitosin dalam mendukung proses menyusui. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan menjadi dasar perubahan sikap dan perilaku kesehatan yang positif.

Kedua, **meningkatkan keterampilan calon ibu dalam melakukan teknik pijat oksitosin** secara benar dan aman. Setelah mengikuti kegiatan, peserta diharapkan mampu mempraktikkan teknik pijat oksitosin secara mandiri sebagai bagian dari persiapan menyusui.

Ketiga, **meningkatkan kesiapan psikologis calon ibu** dalam menghadapi proses menyusui. Kegiatan ini ditargetkan mampu mengurangi kecemasan, meningkatkan rasa percaya diri, serta membangun sikap positif terhadap pemberian ASI eksklusif.

Keempat, **terbentuknya perilaku persiapan menyusui sejak dini** pada calon ibu, yang ditunjukkan melalui komitmen untuk menerapkan pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh sebagai bekal menghadapi masa menyusui.

Kelima, **tersedianya luaran kegiatan pengabdian masyarakat**, berupa media edukasi (leaflet/modul), dokumentasi kegiatan, serta laporan pengabdian yang dapat dijadikan referensi bagi kegiatan sejenis di masa mendatang.

Melalui pencapaian target-target tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat memberikan dampak nyata dalam meningkatkan kesiapan calon ibu dan berkontribusi pada upaya jangka panjang peningkatan keberhasilan ASI eksklusif serta kesehatan ibu dan bayi.

C. Output dan Outcome

1. Output yang Diharapkan

Output pengabdian masyarakat merupakan hasil langsung yang diperoleh setelah pelaksanaan kegiatan dan dapat diukur dalam jangka pendek. Output dari kegiatan **“Peningkatan Kesiapan Calon Ibu melalui Edukasi dan Praktik Teknik Pijat Oksitosin sebagai Upaya Persiapan Keberhasilan ASI Eksklusif”** meliputi peningkatan kapasitas peserta serta tersedianya produk dan dokumentasi kegiatan.

Output yang diharapkan dari kegiatan ini antara lain berupa **meningkatnya pengetahuan calon ibu** mengenai pentingnya ASI eksklusif, kesiapan menyusui, peran hormon oksitosin, serta manfaat teknik pijat oksitosin sebagai bagian dari persiapan menyusui. Peningkatan pengetahuan ini diukur melalui hasil evaluasi sebelum dan sesudah kegiatan.

Selain itu, output kegiatan juga berupa **meningkatnya keterampilan calon ibu dalam melakukan teknik pijat oksitosin** secara benar dan aman. Peserta diharapkan mampu mempraktikkan teknik pijat oksitosin secara mandiri setelah mengikuti pelatihan dan pendampingan.

Output lainnya adalah **tersedianya media edukasi** berupa leaflet, modul, atau bahan penyuluhan yang berisi informasi tentang ASI eksklusif dan teknik pijat oksitosin. Media ini dapat digunakan kembali oleh peserta maupun mitra sebagai sarana edukasi berkelanjutan.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini juga menghasilkan **dokumentasi kegiatan**, termasuk laporan pelaksanaan, foto, dan catatan evaluasi, yang menjadi bukti pelaksanaan kegiatan serta bahan pelaporan kepada institusi dan pemangku kepentingan terkait.

2. Outcome yang Diharapkan

Outcome pengabdian masyarakat merupakan dampak yang diharapkan muncul dalam jangka menengah hingga panjang sebagai hasil dari pemanfaatan output kegiatan. Outcome dari kegiatan ini diarahkan pada perubahan perilaku, peningkatan kesiapan menyusui, serta kontribusi terhadap peningkatan kesehatan ibu dan bayi.

Outcome yang diharapkan adalah **meningkatnya kesiapan calon ibu dalam menghadapi proses menyusui**, baik dari aspek fisik, psikologis, maupun perilaku. Calon ibu yang telah dibekali edukasi dan keterampilan diharapkan lebih percaya diri dan siap menerapkan praktik menyusui yang benar setelah melahirkan.

Selain itu, outcome kegiatan ini adalah **meningkatnya komitmen dan perilaku positif calon ibu terhadap pemberian ASI eksklusif**. Peserta diharapkan memiliki sikap yang lebih mendukung terhadap praktik ASI eksklusif dan mampu mengatasi hambatan menyusui di masa mendatang. Dalam jangka panjang, kegiatan ini diharapkan dapat **berkontribusi pada peningkatan keberhasilan ASI eksklusif**, yang berdampak pada perbaikan status gizi bayi, penurunan risiko penyakit, serta peningkatan kesehatan ibu dan anak. Outcome ini juga mendukung upaya promotif dan preventif dalam bidang kesehatan ibu dan anak di tingkat masyarakat.

Dengan demikian, output dan outcome yang dihasilkan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini saling berkaitan dan menjadi dasar pencapaian tujuan kegiatan secara berkelanjutan, serta berkontribusi terhadap peningkatan kualitas kesehatan masyarakat.

BAB III

METODE PELAKSANAAN

A. Waktu dan Tempat Pengabdian

Tanggal : 13 September 2025

Tempat Kegiatan: Desa Silir Kecamatan Wates Kabupaten Kediri

B. Tahapan atau langkah-langkah dalam melaksanakan solusi yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan mitra.

1. Tahap Persiapan dan Koordinasi

Tahap ini merupakan langkah awal untuk memastikan kegiatan pengabdian berjalan sesuai dengan kebutuhan sasaran. Tim pelaksana melakukan koordinasi dengan mitra terkait waktu, tempat, jumlah peserta, serta dukungan sarana dan prasarana. Pada tahap ini juga disusun materi edukasi, media penyuluhan, alat peraga pijat oksitosin, serta instrumen evaluasi. Persiapan yang matang menjadi kunci keberhasilan pelaksanaan kegiatan..

2. Tahap Identifikasi Kondisi Awal Sasaran

Identifikasi kondisi awal dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan, sikap, dan kesiapan calon ibu terkait persiapan menyusui dan teknik pijat oksitosin. Kegiatan ini dilakukan melalui pre-test, wawancara singkat, atau diskusi awal. Hasil identifikasi digunakan sebagai dasar penyesuaian materi dan metode, serta sebagai pembanding dalam evaluasi hasil kegiatan.

3. Tahap Pelaksanaan Edukasi Kesehatan tentang ASI Eksklusif dan Oksitosin

Edukasi kesehatan diberikan untuk meningkatkan pemahaman calon ibu mengenai pentingnya ASI eksklusif, fisiologi laktasi, serta peran hormon oksitosin dalam proses menyusui. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif agar peserta aktif bertanya dan berdiskusi. Edukasi ini bertujuan membangun kesadaran dan sikap positif terhadap persiapan menyusui sejak dini.

4. Tahap pelaksanaan Demonstrasi Teknik Pijat Oksitosin

Demonstrasi dilakukan oleh tim pelaksana untuk memperlihatkan secara langsung langkah-langkah teknik pijat oksitosin yang benar dan aman. Tahap ini penting agar peserta memiliki gambaran yang jelas sebelum melakukan praktik

mandiri. Demonstrasi disertai penjelasan mengenai tujuan, manfaat, dan prinsip keamanan pijat oksitosin.

5. Tahap Evaluasi dan Umpan Balik

Diskusi dan konseling singkat dilakukan untuk menggali persepsi, pengalaman, dan kekhawatiran calon ibu terkait proses menyusui. Kegiatan ini berperan dalam meningkatkan kesiapan psikologis, mengurangi kecemasan, serta membangun motivasi dan komitmen calon ibu dalam mempersiapkan keberhasilan ASI eksklusif.

C. Jelaskan metode tahapan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat setidaknya memuat hal-hal sebagai berikut.

1. Metode Identifikasi dan Analisis Kebutuhan

Tahap awal pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui identifikasi kebutuhan sasaran pengabdian masyarakat. Metode yang digunakan meliputi observasi lapangan, diskusi awal dengan mitra, serta pengisian pre-test atau wawancara singkat kepada calon ibu. Tahapan ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan, sikap, dan kesiapan awal calon ibu terkait persiapan menyusui dan teknik pijat oksitosin. Hasil analisis kebutuhan digunakan sebagai dasar penyusunan materi dan metode pelaksanaan kegiatan.

2. Metode Edukasi Kesehatan (Penyuluhan)

Metode edukasi kesehatan dilakukan melalui ceramah interaktif dan diskusi kelompok. Materi yang disampaikan meliputi pentingnya ASI eksklusif, kesiapan menyusui sejak pra-kehamilan, fisiologi laktasi, peran hormon oksitosin, serta manfaat teknik pijat oksitosin. Penyuluhan didukung dengan media edukasi seperti leaflet dan slide presentasi agar informasi lebih mudah dipahami. Metode ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif calon ibu terhadap persiapan menyusui.

3. Metode Demonstrasi

Setelah edukasi, dilakukan demonstrasi teknik pijat oksitosin oleh tim pelaksana. Demonstrasi dilakukan secara bertahap dan sistematis dengan memperhatikan prinsip keamanan dan kenyamanan. Metode demonstrasi bertujuan memberikan gambaran nyata kepada peserta mengenai langkah-langkah teknik pijat oksitosin yang benar sebelum peserta melakukan praktik secara mandiri.

4. Metode Praktik Langsung

Metode praktik langsung dilakukan dengan melibatkan peserta secara aktif untuk mempraktikkan teknik pijat oksitosin. Peserta melakukan praktik dengan pendampingan dari tim pelaksana agar teknik yang dilakukan sesuai dengan standar yang telah dijelaskan. Metode ini bertujuan meningkatkan keterampilan, kepercayaan diri, dan kemampuan calon ibu dalam menerapkan teknik pijat oksitosin secara mandiri.

5. Metode Pendampingan dan Konseling

Pendampingan dilakukan selama proses praktik untuk memberikan bimbingan, koreksi, serta penguatan keterampilan peserta. Selain itu, dilakukan konseling singkat dan diskusi terbuka untuk menggali kekhawatiran, persepsi, dan kesiapan psikologis calon ibu terkait proses menyusui. Metode ini bertujuan meningkatkan kesiapan mental dan motivasi peserta dalam mempersiapkan keberhasilan ASI eksklusif.

6. Metode Evaluasi

Evaluasi pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan untuk menilai efektivitas metode yang diterapkan. Evaluasi mencakup pengukuran pengetahuan dan keterampilan peserta setelah kegiatan (post-test), serta observasi kemampuan peserta dalam mempraktikkan teknik pijat oksitosin. Hasil evaluasi digunakan untuk menilai capaian kegiatan dan sebagai dasar perbaikan kegiatan pengabdian di masa mendatang.

7. Metode Pelaporan dan Tindak Lanjut

Tahap akhir pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui penyusunan laporan pengabdian kepada masyarakat sebagai bentuk dokumentasi dan pertanggungjawaban. Selain itu, disusun rekomendasi tindak lanjut kepada mitra agar pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh dapat diterapkan secara berkelanjutan dalam kehidupan sehari-hari.

D. Metode Pengabdian

Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan diuraikan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan (Assessment dan Perencanaan)

Pada tahap ini, tim melakukan koordinasi dengan mitra (tokoh masyarakat atau bidan desa) untuk menentukan waktu dan lokasi kegiatan.

- Identifikasi Masalah: Melakukan survei pendahuluan mengenai tingkat pengetahuan calon ibu tentang manajemen laktasi.

- Penyusunan Modul: Menyiapkan materi edukasi berupa *booklet* laktasi dan SOP (Standard Operating Procedure) teknik pijat oksitosin.
- Persiapan Alat: Menyiapkan media visual (slide presentasi), minyak kelapa/baby oil, handuk, dan kursi untuk praktik.

2. Tahap Pelaksanaan (Intervensi)

Intervensi dilakukan melalui dua pendekatan utama:

- Edukasi Teoretis (Pre-test dan Ceramah): Kegiatan diawali dengan *pre-test* untuk mengukur pemahaman awal peserta. Selanjutnya, diberikan pemaparan materi mengenai pentingnya ASI Eksklusif, fisiologi pengeluaran ASI, serta peran hormon oksitosin dalam proses menyusui.
- Demonstrasi dan Praktik Terpimpin: Tim memberikan demonstrasi langsung mengenai teknik pijat oksitosin. Fokus pijatan dilakukan pada area tulang belakang (*vertebrae*) mulai dari leher hingga tulang belikat.
 - Redemonstrasi: Setiap peserta (didampingi anggota keluarga/suami jika memungkinkan) diminta mempraktikkan kembali teknik pijatan di bawah bimbingan tim pengabdian untuk memastikan titik tekan dan gerakan sudah benar.

3. Tahap Evaluasi dan Tindak Lanjut

Untuk mengukur keberhasilan program, dilakukan evaluasi yang meliputi:

- Evaluasi Kognitif: Menggunakan *post-test* untuk melihat peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi.
- Evaluasi Psikomotor: Penilaian keterampilan peserta dalam mempraktikkan teknik pijat oksitosin menggunakan lembar observasi/ceklist.
- Monitoring: Memberikan *logbook* mandiri kepada calon ibu untuk mencatat praktik pijat yang dilakukan di rumah hingga masa persalinan tiba.

BAB IV

HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI

A. Hasil

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini secara umum memberikan dampak positif terhadap kesiapan fisik maupun psikologis calon ibu dalam menghadapi masa laktasi. Hasil utama yang terlihat adalah adanya transformasi pengetahuan peserta yang semula bersifat superfisial menjadi lebih mendalam mengenai mekanisme produksi ASI. Sebelum intervensi dilakukan, sebagian besar peserta menganggap bahwa kelancaran ASI hanya bergantung pada asupan nutrisi semata. Namun, setelah pemberian edukasi, peserta memahami peran krusial hormon oksitosin dan pengaruh relaksasi melalui pijat terhadap *let-down reflex*.

Secara kuantitatif, keberhasilan ini dibuktikan dengan kenaikan nilai rata-rata post-test yang signifikan dibandingkan dengan nilai pre-test. Peserta kini mampu menjelaskan kaitan antara ketenangan pikiran, kenyamanan fisik, dan derasny aliran ASI. Selain aspek kognitif, hasil yang paling krusial adalah penguasaan keterampilan teknis. Melalui sesi praktik terbimbing, para calon ibu dan pendamping (suami/anggota keluarga) telah mampu mengidentifikasi titik pemijatan di area punggung dan melakukan gerakan melingkar kecil dengan tekanan yang tepat. Kemampuan praktik ini menjadi modal utama bagi peserta untuk melakukan manajemen laktasi secara mandiri di lingkungan domestik pasca-persalinan.

B. Luaran yang dicapai

Luaran yang dihasilkan dari pengabdian ini mencakup luaran materiel dan non-materiel. Dari sisi materiel, tim pengabdi telah mendistribusikan media edukasi berupa *booklet* panduan praktis yang berisi langkah-langkah pijat oksitosin beserta ilustrasinya. Media ini berfungsi sebagai rujukan tetap bagi peserta saat mempraktikkannya di rumah. Selain itu, dihasilkan pula dokumentasi kegiatan berupa foto dan video tutorial yang dapat diakses kembali oleh peserta melalui platform digital.

Dari sisi non-materiel, luaran yang dicapai adalah terbentuknya kemandirian dan kepercayaan diri pada calon ibu. Rasa cemas akan kegagalan memberikan ASI eksklusif berkurang seiring dengan pemahaman mereka tentang teknik stimulasi oksitosin. Luaran akademik dari kegiatan ini juga sedang diproses dalam bentuk draf

artikel ilmiah yang mencatat seluruh metodologi dan temuan di lapangan untuk kemudian dipublikasikan pada jurnal pengabdian masyarakat. Secara keseluruhan, program ini telah memenuhi target capaian dalam memperkuat kesiapan masyarakat, khususnya ibu hamil, dalam mendukung program nasional keberhasilan ASI Eksklusif.

BAB V

RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA

A. Keberlanjutan Program Kegiatan

Program pengabdian masyarakat ini tidak dirancang sebagai intervensi satu kali selesai (*one-off hit*), melainkan memiliki kerangka keberlanjutan yang terukur agar manfaatnya tetap dirasakan oleh sasaran dalam jangka panjang. Keberlanjutan program ini dijamin melalui beberapa strategi utama, yaitu:

1. Internalisasi melalui Kader Kesehatan

Untuk memastikan teknik pijat oksitosin tetap diterapkan setelah tim pengabdian selesai bertugas, telah dilakukan upaya transfer keterampilan kepada kader kesehatan/posyandu setempat. Kader-kader ini dipersiapkan menjadi fasilitator atau "perpanjangan tangan" yang akan mendampingi ibu hamil secara berkelanjutan di wilayah masing-masing. Dengan demikian, edukasi mengenai persiapan laktasi dapat dimasukkan ke dalam agenda rutin kelas ibu hamil di desa tersebut.

2. Keterlibatan Keluarga sebagai Pendamping Pendukung (Support System)

Keberlanjutan program ini sangat bergantung pada dukungan domestik. Oleh karena itu, keterlibatan suami atau anggota keluarga dalam sesi praktik pijat menjadi strategi kunci. Dengan melatih anggota keluarga, calon ibu memiliki akses bantuan teknis setiap hari di rumah tanpa harus bergantung pada tenaga medis. Hal ini menciptakan kemandirian keluarga dalam menjaga kestabilan hormon oksitosin ibu selama masa nifas nantinya.

3. Penyediaan Media Panduan Mandiri Distribusi *booklet* dan video tutorial merupakan upaya agar literasi mengenai manajemen laktasi tetap tersedia secara permanen. Media ini dirancang dengan bahasa yang sederhana dan ilustrasi yang jelas sehingga dapat digunakan secara mandiri oleh peserta maupun dibagikan kepada calon ibu lainnya di lingkungan sekitar secara organik.

4. Integrasi dengan Layanan Kesehatan Setempat Ke depan, tim pengabdian akan berupaya mengintegrasikan modul pijat oksitosin ini ke dalam layanan pemantauan kehamilan di Puskesmas atau Praktik Mandiri Bidan (PMB) mitra. Harapannya, teknik ini dapat menjadi prosedur standar dalam edukasi prenatal bagi setiap ibu hamil yang memasuki trimester ketiga, sehingga angka cakupan

ASI Eksklusif di wilayah tersebut dapat meningkat secara konsisten dari tahun ke tahun.

B. Rekomendasi Rencana Tindak Lanjut

Berdasarkan hasil evaluasi dan capaian yang diperoleh selama kegiatan pengabdian masyarakat, terdapat beberapa rekomendasi tindak lanjut yang perlu diimplementasikan untuk mengoptimalkan dampak program di masa depan:

1. Pembentukan "Pojok Laktasi Mandiri" di Posyandu Direkomendasikan bagi pengurus desa atau puskesmas setempat untuk menyediakan ruang khusus atau waktu khusus dalam agenda Posyandu yang fokus pada praktik pijat oksitosin secara kolektif. Hal ini bertujuan agar para calon ibu dan ibu menyusui dapat saling berbagi pengalaman (peer support) serta mendapatkan koreksi teknik secara langsung dari bidan desa apabila terdapat kesulitan dalam mempraktikkannya secara mandiri.
2. Pendampingan Intensif pada Masa Nifas (Early Post-partum) Tindak lanjut yang paling krusial adalah melakukan pemantauan pada 0–7 hari pertama setelah persalinan. Tim pengabdian merekomendasikan adanya kunjungan rumah (*home visit*) oleh kader kesehatan yang telah dilatih untuk memastikan bahwa teknik pijat oksitosin benar-benar dipraktikkan saat ASI mulai diproduksi secara aktif. Pendampingan ini penting untuk mencegah stres pada ibu baru yang seringkali menjadi penghambat utama produksi ASI di awal masa nifas.
3. Digitalisasi Materi Edukasi melalui Media Sosial Lokal Untuk menjangkau demografi calon ibu yang lebih muda dan melek teknologi, direkomendasikan agar materi tutorial pijat oksitosin dikonversi menjadi konten kreatif singkat (seperti Reels atau TikTok). Konten ini dapat disebarluaskan melalui grup komunikasi warga atau akun media sosial puskesmas setempat sebagai pengingat visual yang mudah diakses kapan saja tanpa harus membawa buku panduan fisik.
4. Perluasan Sasaran pada Pelatihan Suami (Father Support) Mengingat peran suami sangat dominan dalam memberikan pijat oksitosin yang efektif, disarankan agar program selanjutnya menciptakan sesi khusus "Kelas Ayah Siaga". Fokus utamanya adalah melatih para suami agar tidak hanya mahir secara teknis, tetapi juga memahami peran mereka sebagai pelindung psikologis yang mampu menciptakan suasana tenang bagi ibu, sehingga hormon oksitosin dapat bekerja secara optimal.

5. Monitoring dan Evaluasi Dampak Jangka Panjang Perlu dilakukan survei lanjutan enam bulan setelah kegiatan ini untuk mencatat statistik keberhasilan ASI Eksklusif pada peserta yang telah mengikuti pelatihan. Data ini akan menjadi bukti empiris yang kuat untuk mengusulkan program pijat oksitosin sebagai kebijakan standar dalam layanan asuhan antenatal (ANC) di wilayah kabupaten atau kota terkait.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan seluruh rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa program edukasi dan pelatihan teknik pijat oksitosin bagi calon ibu di Desa Silir Kecamatan Wates Kabupaten Kediri telah terlaksana dengan sangat baik dan mencapai target yang ditetapkan. Intervensi ini terbukti secara efektif mampu meningkatkan kesiapan psikologis dan keterampilan teknis peserta dalam mempersiapkan masa laktasi.

Peningkatan pengetahuan peserta yang signifikan mengenai mekanisme hormon oksitosin menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang terstruktur dapat mengubah persepsi calon ibu terhadap manajemen menyusui, dari yang semula bersifat pasif menjadi lebih proaktif. Selain itu, penguasaan teknik praktik yang baik oleh peserta dan pendamping (keluarga) membuktikan bahwa metode demonstrasi dan redemonstrasi merupakan pendekatan yang paling tepat untuk mentransfer keterampilan klinis sederhana ke ranah domestik.

Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil menanamkan kepercayaan diri pada calon ibu untuk memberikan ASI Eksklusif. Keberhasilan ini tidak hanya diukur dari angka pencapaian *post-test*, tetapi juga dari terciptanya kesadaran akan pentingnya sistem pendukung (*support system*) dari keluarga dalam mendukung kelancaran produksi ASI. Dengan demikian, program ini menjadi langkah preventif yang strategis dalam meminimalisir kegagalan menyusui akibat faktor stres atau kurangnya stimulasi hormon, yang pada akhirnya berkontribusi positif terhadap pencapaian target kesehatan ibu dan anak di tingkat wilayah.

B. Saran

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan dan evaluasi yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran yang dapat diajukan kepada pihak-pihak terkait untuk memaksimalkan dampak dari pengabdian ini:

1. Bagi Instansi Kesehatan (Puskesmas/Bidan Desa)

Diharapkan pihak Puskesmas atau Bidan Desa dapat mengadopsi materi teknik pijat oksitosin ini sebagai bagian dari kurikulum tetap pada program **Kelas Ibu Hamil**. Hal ini penting agar persiapan laktasi tidak hanya berfokus pada asupan nutrisi, tetapi juga pada manajemen stres dan stimulasi hormon melalui sentuhan fisik yang relaks.

2. Bagi Masyarakat dan Calon Ibu Peserta diharapkan dapat mempraktikkan secara rutin teknik yang telah dipelajari, bahkan sebelum proses persalinan dimulai (pada akhir trimester ketiga), untuk membangun kedekatan emosional dan kesiapan fisik. Selain itu, calon ibu diharapkan lebih terbuka dalam mengomunikasikan kebutuhan dukungan psikologis kepada suami atau keluarga agar hormon oksitosin dapat terstimulasi secara optimal.

3. Bagi Suami dan Anggota Keluarga Mengingat keberhasilan pijat oksitosin sangat bergantung pada peran orang lain, disarankan bagi suami untuk lebih proaktif dalam memberikan dukungan pijatan secara rutin di rumah. Suami perlu menyadari bahwa peran mereka bukan sekadar pendamping, melainkan agen utama yang membantu kelancaran pengeluaran ASI melalui pemberian rasa nyaman dan rileks pada istri.

4. Bagi Pengabdian Selanjutnya Untuk kegiatan pengabdian masyarakat berikutnya, disarankan untuk melakukan observasi jangka panjang (longitudinal) hingga masa nifas berakhir. Hal ini bertujuan untuk mengukur secara pasti korelasi antara praktik pijat oksitosin selama kehamilan dengan volume produksi ASI pada minggu-minggu pertama setelah melahirkan. Selain itu, pengembangan media edukasi berbasis aplikasi *mobile* atau platform digital lainnya dapat dipertimbangkan untuk meningkatkan daya jangkauan edukasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta. (Sebagai referensi metode evaluasi pengetahuan).
- Astuti, I. (2015). Determinan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Health Quality*, 4(1), 1-14.
- \
- Biancuzzo, M. (2019). *Breastfeeding Management for the Clinician: Using the Evidence*. Jones & Bartlett Learning. (Referensi internasional untuk manajemen laktasi).
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2016). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Singapore: Elsevier. (Referensi utama untuk teori hormon oksitosin dan let-down reflex).
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta: Kemenkes RI. (Data pendukung urgensi ASI Eksklusif di Indonesia).
- Mardiyaningsih, E., Setyowati, S., & Sabri, L. (2011). Efektifitas Kombinasi Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 14(3), 174-182.
- Pollard, M. (2017). *Evidence-Based Care for Breastfeeding*. Routledge.
- Roesli, U. (2015). *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta: Trubus Swadaya.
- Sari, L. P., & Salma, W. O. (2018). *Pijat Oksitosin: Buku Saku untuk Ibu dan Keluarga*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Widiastuti, A., dkk. (2015). Self-Oxytoxin Massage (Pijat Oksitosin Mandiri) untuk Meningkatkan Produksi ASI. *Jurnal Keperawatan*, 6(1), 15-20.
- World Health Organization (WHO). (2023). *Breastfeeding: Fact Sheets*. Geneva: WHO Publishing.

SURAT TUGAS

Nomor: 611/Fkes.5/U/IX/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama

:

Dr. Ika Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep.

Jabatan

:

Dekan Fakultas Kesehatan

Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

Dengan ini memberi tugas kepada Saudara:

No.	Nama	NIDN/NUPTK	Pangkat/ Golongan
1.	Anggraini Dyah Setiyarini, S.Keb.,M.Kes	0701029004	LEKTOR
2.	Alfadefi Khalifatunnisak, S.ST.Keb., M.KM	0712128906	LEKTOR
3.	Candra dewinataningtyas, SST., M.Keb	0702098702	LEKTOR
4.	DikaYanuar Frafitasari, S.Tr.Keb., M.KM	0708019204	ASISTEN AHLI

Keperluan

:

Penugasan Pengabdian Masyarakat pada tanggal 13 September 2025 dengan judul ” “Peningkatan Kesiapan Calon Ibu melalui Edukasi dan Praktik Teknik Pijat Oksitosin sebagai Upaya Persiapan Keberhasilan ASI Eksklusif”.

Demikian surat tugas ini dibuat kepada yang bersangkutan untuk dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.

Kediri, 10 September 2025

Dekan Fakultas Kesehatan



FAKULTAS KESEHATAN

Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata



Dr. Ika Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep.

NIDN. 0723068402

LAMPIRAN (DOKUMENTASI KEGIATAN)





ABSENSI KEHADIRAN
 DESA SILIR
 INSTITUT ILMU KESEHATAN BHAKTI WIYATA
 KEDIRI
 TAHUN 2025



No.	Nama ORANG TUA	TTD
1.	Anita Sukasih	<i>[Signature]</i>
2.	Siti Bahtus	<i>[Signature]</i>
3.	Himmatul Aliyah	<i>[Signature]</i>
4.	Devi N	<i>[Signature]</i>
5.	Aprilia w.	<i>[Signature]</i>
6.	MAR'ATUL KHUSNAN	<i>[Signature]</i>
7.	Abnury ari S.	<i>[Signature]</i>
8.	Ika Marianti	<i>[Signature]</i>
9.	Siti Maclikah	<i>[Signature]</i>
10.	Vaidhatunni'mah	<i>[Signature]</i>
11.	Rif Roshmatul - N. Ch.	<i>[Signature]</i>
12.	Fara Farida	<i>[Signature]</i>
13.	SITI Nur Janah	<i>[Signature]</i>
14.	Iva	<i>[Signature]</i>
15.	YULI ASTUTIK	<i>[Signature]</i>
16.	JULIAH	<i>[Signature]</i>
17.	Mik S.	<i>[Signature]</i>
18.	Riski Ayu w.	<i>[Signature]</i>
19.	Sulis giprah.	<i>[Signature]</i>
20.	Dian Wulandari	<i>[Signature]</i>
21.	Siti Tahira	<i>[Signature]</i>
22.		
23.		
24.		