

## **COACHING NENEK ASI DALAM PENERAPAN *MASSAGE EFFLEURAGE* MENGGUNAKAN *JITU OIL* DENGAN TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN UNTUK Mendukung Pemberian ASI Eksklusif**

Dewi Andariya Ningsih<sup>1\*</sup>, Rina Sumartini<sup>2</sup>, Innama Sakinah<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas Ibrahimy, Situbondo, Indonesia

<sup>2,3</sup>Universitas Faletahan, Serang, Indonesia

\*Korespondensi: [dewiandariya01@gmail.com](mailto:dewiandariya01@gmail.com)

### **ABSTRACT**

**Background:** *Choosing Breastfeeding Grandmothers is an effort to maximize the role of grandmothers in making exclusive breastfeeding a success. So far, grandmothers are the people in the family who are considered more capable and have a lot of experience, especially in caring for babies. This is the basis for this service in order to maximize the role of grandmothers in helping breastfeeding mothers provide good nutrition to their babies. Objectives There is an increase in knowledge, changing attitudes and behavior of breastfeeding grandmothers in the application of effleurage massage using Jitu oil to support exclusive breastfeeding and interaction and sharing of information through coaching breastfeeding grandmothers in the application of Effleurage Massage using Jitu Oil to support exclusive breastfeeding. Method Training implementation time January 26, 2024, mentoring implementation January 27 - February 26, 2024. The location of the activity is at the Lamongan Arjasa Village Hall. Method using PAR (Participatory Action Research), Results: This activity was attended by 19 grandmothers and 19 breastfeeding mothers. At the time of Choosing 12 people had good knowledge, 4 had sufficient knowledge, and 3 people had less. At the time of post-mentoring, 14 people had good skills, 3 people had sufficient knowledge and 2 people had less. Conclusion: The Choosing and mentoring activities carried out can increase knowledge and improve the skills of Grandmothers in performing Massage Effluerage massage to help relax the body of breastfeeding mothers.*

Keywords: *Choacing, Nenek ASI, Jitu Oil, Massage Effluerage*

### **ABSTRAK**

**Latar belakang:** *Choacing Nenek ASI merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan peran Nenek secara maksimal dalam mensukseskan pemberian ASI Eksklusif. Nenek selama ini yang merupakan orang di keluarga yang dianggap lebih mampu dan mempunyai banyak pengalaman utamanya dalam merawat bayi. Hal ini yang menjadikan dasar pengabdian ini agar dapat memaksimalkan peran Nenek dalam membantu ibu menyusui dalam memberikan nutrisi kepada bayi dengan baik. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap dan perilaku Nenek ASI dalam penerapan massage effleurage menggunakan Jitu oil untuk mendukung pemberian ASI eksklusif dan terjadinya interaksi dan berbagi informasi melalui coaching Nenek ASI dalam penerapan Massage Effleurage menggunakan Jitu Oil untuk mendukung pemberian ASI eksklusif. Metode Waktu pelaksanaan pelatihan 26 Januari 2024, pelaksanaan pendampingan 27 Januari – 26 Februari 2024. Lokasi kegiatan di Balai Desa Lamongan Arjasa. Metode dengan*

Menggunakan PAR ([Participatory Action Research](#)). **Hasil:** Kegiatan ini diikuti oleh 19 orang nenek dan 19 orang ibu menyusui. Pada saat Choacing 12 orang pengetahuannya baik, pengetahuan cukup 4, dan kurang 3 orang. Pada saat pasca pendampingan didapatkan 14 orang keterampilan baik, 3 orang cukup dan 2 orang kurang. **Simpulan:** Kegiatan Choacing dan pendampingan yang dilakukan dapat menambah pengetahuan dan peningkatan keterampilan Nenek dalam melakukan pemijatan Massage Efluerage untuk dapat membantu merilekskan badan ibu menyusui.

*Kata kunci: Choacing, Nenek ASI, Jitu Oil, Massage Efluerage*

## PENDAHULUAN

ASI memiliki kandungan nutrisi paling tinggi serta paling mudah dicerna dan diserap oleh bayi baru lahir sehingga menjadi cairan optimal untuk bayi hingga usia enam bulan (Marshall & Raynor, 2020). Menyusui adalah investasi terbaik untuk kelangsungan hidup, kesehatan yang lebih baik, perkembangan sosial, dan perekonomian pribadi, menurut Kementerian Kesehatan. Cara terbaik untuk mendukung peningkatan kesehatan bayi adalah dengan memberikan ASI eksklusif selama enam bulan, kemudian terus dilakukan hingga anak minimal berusia dua tahun (Kemenkes, 2019). Penelitian menunjukkan bahwa di Ghana, menyusui sejak lahir dapat mencegah enam belas persen kematian bayi (Herdiyani, Isnaini, Utami, & Suharman, 2024). Sederhananya, ada banyak alasan mengapa para ibu memilih untuk tidak memberikan ASI eksklusif. Ibu yang bekerja atau melakukan aktivitas sosial lainnya, faktor fisik, faktor refleksi dan hormonal (prolaktin dan oksitosin), faktor psikologis, faktor sosial budaya, serta kurangnya dukungan dan perhatian dari keluarga dan teman menjadi beberapa alasan mengapa ibu melakukan hal tersebut. Tidak memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Dukungan yang lebih dominan diberikan oleh nenek.

Pengaruh nenek sering kali tidak hanya terbatas pada keluarga. Penelitian di 5 negara Afrika Barat mendokumentasikan peran jaringan berpengaruh yang terdiri dari kerabat perempuan senior dan non-kerabat dalam perawatan bayi baru lahir yang secara kolektif memberikan pembinaan dan pengawasan terhadap perempuan selama kehamilan dan pascapersalinan (Kane, 2020). Nenek dapat memberikan nasehat dan bantuan tenaga misalnya dalam mendukung proses pemberian ASI. Menggunakan salah satu teknik effleurage saat pemijatan merupakan salah satu cara untuk mempengaruhi produksi ASI.

Dengan menenangkan ibu, pijatan ini meningkatkan hormon oksitosin yang memperlancar produksi ASI. Sapuan ringan dan menenangkan (lembut, lambat, berkepanjangan, atau tidak terputus) digunakan untuk memulai dan mengakhiri pijatan *éffleurage*. Memanaskan otot dengan gerakan ini akan membantunya merasa lebih baik (Herdiyani, Pengaruh Pijat Punggung Teknik *Effleurage* Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender Terhadap Pengeluaran Asi Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Way Nipah Tahun 2023, 2024). Pada saat pemijatan di butuhkan minyak sebagai pelumas agar lebih nyaman proses pemijatannya. Minyak merupakan salah satu media yang memperlancar cara produksi ASI. *Jitu Oil* merupakan minyak dengan kandungan atsiri lavender dan lemon (Ningsih, Andini, Atiqa, Fadhilah, & Kholifah, 2023). Dimana minyak pijat akan terserap oleh kulit (Asiyah & Wigati, 2015) Ibu mungkin mengalami efek psikologis dari kandungan lavender. Sesuai dengan variabel yang mempengaruhi produksi ASI seperti ketenangan mental (isnaeni, 2016). Untuk meningkatkan kenyamanan dan relaksasi yang diharapkan dapat meningkatkan produksi ASI, dapat digunakan minyak esensial lavender dan lemon. Minyak atsiri populer yang sering digunakan dalam bidang kesehatan klinis termasuk lavender dan lemon, yang sangat berguna untuk mengatasi masalah psikosomatis di bidang ginekologi. Lavender berguna dalam neuropsikiatri karena sifat obat penenang, antikonvulsan, ansiolitik, dan analgesiknya (Matsumoto, Asakura, & Hayashi, 2013). Dimungkinkan untuk memperdengarkan suara-suara yang menenangkan kepada ibu selama pemijatan untuk membantunya merasa lebih rileks. Salah satu caranya adalah melalui lantunan murottal Al-Qur'an. Berdasarkan analisis situasi bahwa kurangnya pengetahuan nenek tentang pentingnya kelancaran dan kecukupan ASI pada ibu yang bisa dilakukan dengan coaching dan self efficacy nenek ASI dalam penerapan *massage effleurage* menggunakan *Jitu oil* untuk mendukung pemberian ASI eksklusif. Peran Nenek yang lebih mendominasi di bandingkan ibu menjadi salah satu alasan dilaksanakannya Coaching Nenek ASI.

Terapi murottal, yaitu mendengarkan ayat suci Alquran yang dilantunkan dengan lantang, telah terbukti meningkatkan kualitas hidup dengan menurunkan hormon stres, melepaskan endorfin secara alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari ketegangan, ketakutan, dan kecemasan. sistem kimia tubuh, yang mengurangi tekanan darah

dan memperlambat detak jantung, pernapasan, denyut nadi, dan gelombang otak. Bernapas lebih lambat atau dalam adalah cara yang bagus untuk meningkatkan metabolisme, menenangkan, dan mengatur emosi (Heru, 2011).

Tujuan Pengabdian masyarakat ini agar nantinya ada peningkatan pengetahuan, mengubah sikap dan perilaku Nenek ASI dalam penerapan *massage effleurage* menggunakan Jitu oil untuk mendukung pemberian ASI eksklusif dan terjadinya interaksi dan berbagi informasi melalui *coaching* Nenek ASI dalam penerapan *Massage Effleurage* menggunakan Jitu Oil untuk mendukung pemberian ASI eksklusif. Sehingga berdasarkan tujuan tersebut perlu adanya pelatihan kepada nenek agar tepat dalam membantu mensukseskan pemberian ASI eksklusif pada ibu. Pengabdian mengemas dengan tema *Coaching* Nenek ASI dalam penerapan *Massage Effleurage* menggunakan Jitu Oil dengan terapi *murottal Al-Qur'an* untuk mendukung pemberian ASI Eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Arjasa.

## **METODE**

1. Metode pelaksanaannya yaitu dengan PAR dengan cara kerja sebagai berikut:

a. Tahap *to Know* (Mengetahui Kondisi Riel Komunitas)

Studi pendahuluan terkait capaian pemberian ASI Eksklusif dan kendala-kendala yang dihadapi di wilayah kerja puskesmas Arjasa. Didapatkan hasil bahwa salah satu kendala pemberian ASI Eksklusif yaitu keikutsertaan Nenek dalam menentukan keputusan pemberian MP-ASI secara dini sehingga menambah jumlah kegagalan pemberian ASI Eksklusif, jarang melakukan terapi non farmakologis karena merasa tidak mampu melakukannya tanpa menggunakan minyak pijat.

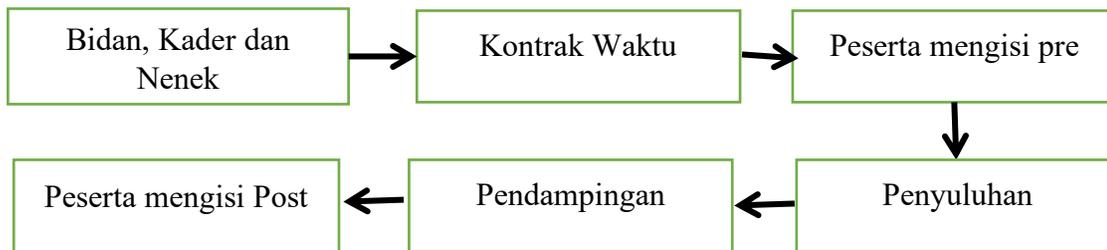
b. Tahap *to Understand* (Memahami Problem Komunitas)

Koordinasi dengan bidan koordinator dan bidan wilayah terkait hasil studi pendahuluan yang didapatkan. Menanyakan hal-hal yang sudah dilakukan oleh puskesmas sebagai upaya suksesnya pemberian ASI Eksklusif.

c. Tahap *to Plann* (Merencanakan Pemecahan Masalah Komunitas)

- 1) Pelaksana pengmas membuat konsep pemijatan yang mudah dilakukan untuk membantu kelancaran ASI
  - 2) Akan diagendakan mengumpulkan nenek ASI dalam 1 waktu untuk edukasi pentingnya dukungan pemberian ASI Eksklusif
  - 3) Choacing materi Massage Effleurage dengan relaksasi murottal Al-Qur'an menggunakan Jitu Oil
  - 4) Pendampingan pasca Choacing secara door to door
- d. Tahap *to Act* (Melakukan Program Aksi Pemecahan Masalah)
- 1) Melakukan penyuluhan dan demonstrasi kegiatan
  - 2) Pendampingan secara dor to door ke rumah ibu menyusui
- e. Tahap *to Change* (Membangun Kesadaran untuk perubahan dan keberlanjutan) memberikan afirmasi positif tentang kebermanfaatan ASI eksklusif untuk ibu dan bayi
2. Perolehan pengetahuan baik sebelum maupun sesudah pembelajaran materi dijadikan indikator seberapa baik pendidikan berjalan. Pentingnya pijat, tekniknya, kaitannya dengan ASI, serta manfaatnya bagi ibu dan anak merupakan salah satu topik yang dibahas dalam uji pengetahuan. Kapasitas ibu dalam menjelaskan secara akurat dan melakukan teknik pemijatan setelah kegiatan demonstrasi berfungsi sebagai ukuran efektivitas demonstrasi. Teknik evaluasi yang digunakan adalah pre dan post test berupa angket dan lembar penilaian kinerja.

Diagram Alir



3. Kegiatan ini diperuntukkan bagi nenek yang mendampingi ibu menyusui
4. Tempat pelaksanaan kegiatan ini di Wilayah kerja puskesmas Arjasa
5. Waktu pelaksanaan pelatihan dengan sasaran di 26 Januari 2024 dan pelaksanaan pendampingan 27 Januari – 26 Februari 2024

6. Tujuan dilaksanakannya meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap dan perilaku melalui Coaching Nenek ASI dalam penerapan Massage Effleurage menggunakan Jitu Oil Dengan Terapi Murottal Al-Qur'an Untuk mendukung Pemberian ASI eksklusif.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Pelaksanaan Penyuluhan**

Sembilan belas nenek-nenek dan sembilan belas ibu menyusui yang berkumpul di Balai Desa Lamongan Kecamatan Arjasa Lamongan menjadi sasaran peserta kegiatan tersebut. Pengabdian masyarakat ini terlaksana tanpa hambatan. Turut hadir dalam kegiatan ini bidan koordinator, ketua PKK Desa Lamongan, dan kader perempuan. Para kader perempuan sangat antusias, terbukti dengan banyaknya pertanyaan yang mereka terima pada sesi tanya jawab, banyak ibu-ibu yang belum mempelajari teknik memijat punggung yang benar.



Gambar 1. Pembukaan kegiatan di isi dengan beberapa sambutan, salah satunya ketua TP PKK salah satu Desa di Wilayah Puskesmas Arjasa

Ibu menyusui saat ini hanya menerima informasi melalui konseling, dan bidan memberikan berbagai jenis layanan berdasarkan keluhan yang disampaikan oleh penerima layanan. Sepanjang latihan, instruksi khusus tentang bagaimana mempersiapkan pemijatan, kapan menjadwalkannya, di mana melakukannya, dan berapa lama memberikannya diberikan. Latihan pengisian pre-sheet mengawali kegiatan, kemudian dilanjutkan dengan presentasi teori pijat effleurage, demonstrasi dengan bantuan mahasiswa S1 Kebidanan semester tujuh, dan latihan pengisian pasca konferensi. Para ibu menyusui yang berpartisipasi mengisi formulir sebelum dan sesudah kegiatan.

Tabel 1. Distribusi frekuensi peserta Choacing berdasarkan umur

Kategori	Umur	F	%
Ibu Menyusui	23-27 tahun	9	47
	28-35 tahun	10	53
<b>Total</b>		<b>19</b>	<b>100</b>
Nenek	45-55 tahun	15	79
	56-65 tahun	4	21
<b>Total</b>		<b>19</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer 2024

Temuan Tabel 1 menunjukkan bahwa responden yang merupakan ibu menyusui berada pada usia reproduktif. Faktanya, 53% di antaranya berusia antara 28 dan 35 tahun. Temuan ini didasarkan pada penelitian pada tahun 2017 yang menemukan bahwa keadaan psikologis seorang wanita mempengaruhi kemampuannya dalam menerima kehadiran buah hati, bahwa rentang usia 20 hingga 35 tahun merupakan usia yang sehat untuk reproduksi, dan organ reproduksi sudah siap secara fisik untuk kehamilan. Ibu yang berusia lebih tua diperkirakan mempunyai pengalaman menyusui lebih banyak dibandingkan ibu yang lebih muda, sehingga memiliki pengetahuan yang lebih unggul. Namun menjadi seorang ibu dapat menjadi beban psikologis yang berujung pada depresi dan menyulitkan keluarnya ASI karena wanita di bawah usia dua puluh tahun belum siap secara psikologis untuk menjadi ibu (S, S, & Susanti, 2017).



Gambar 2. Pengabdian memberikan Jitu Oil kepada salah satu Ibu menyusui

Tabel 2. Distribusi frekuensi peningkatan pengetahuan Nenek ASI

Sebelum Choacing	Setelah Choacing
---------------------	---------------------

Peningkatan Pengetahuan Nenek	N	%	N	%
Baik	7	37	12	64
Cukup	5	27	4	21
Kurang	7	36	3	15
Total	19	100	19	100

Sumber : data Primer 2024

Data Tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat perubahan sebesar 64% pada pengetahuan baik setelah dipilih.



Gambar 3. Peserta Pelatihan mengikuti kegiatan dengan seksama

Jitu oil yang merupakan minyak dengan kandungan atsiri lavender dan lemon dimana minyak lavender dapat digunakan sebagai intervensi karena menurut penelitian yang dilakukan pada tahun 2016 dapat menurunkan aktivitas motorik hingga 78%, menenangkan dan memberikan efek menenangkan yang agak menenangkan, serta meningkatkan produksi ASI. Ibu mungkin mengalami efek psikologis dari minyak lavender. Sesuai dengan variabel yang mempengaruhi produksi ASI seperti ketenangan mental (isnaeni, 2016).



Gambar 4. Pengabdian menjelaskan pentingnya dukungan orang terdekat utamanya Nenek dalam mensukseskan pemberian ASI

Tujuan pemijatan yaitu memperlancar aliran saraf dan saluran ASI pada kedua payudara dan memberikan sensasi relaksasi pada ibu sehingga meningkatkan produksi ASI. Prolaktin dan oksitosin adalah dua hormon yang ditransfer oleh darah ke sel mioepitel payudara untuk memproduksi ASI. Produksi ASI yang cukup dipengaruhi oleh rangsangan isapan bayi dan frekuensi menyusui. Bagi ibu yang sering menyusui bayinya, susu diproduksi lebih lancar. Frekuensi menyusui menurun yang bisa menurunkan produksi oksitosin dan prolaktin untuk membuat ASI. Tidak memadai produksi ASI akan menyebabkan bayi sering menangis atau rewel, dan buang air besar pada bayi menjadi keras. Kekurangan ASI menjadi faktor utama seorang ibu berhenti menyusui. Hal ini dikarenakan ibu merasa produksi ASI tidak mencukupi kebutuhan bayi (Pusporini, Ayu, Musfirowati, & Nurjamilah, 2023).



Gambar 5. Penyampaian materi penyuluhan oleh Pengabdian

Lingkungan terdekat seorang ibu dan anak adalah keluarganya. Jumlah ASI yang lebih banyak akan dikeluarkan bila refleks oksitosin dirangsang dalam suasana yang nyaman. Keberhasilan pemberian ASI eksklusif juga dapat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, antara lain pengaruh dukungan dari pasangan, orang tua, dan mertua. Misalnya, beberapa ibu yang berpendidikan tinggi bekerja di luar rumah, menitipkan bayinya pada mertua dan neneknya. Oleh karena itu, selama lingkungan sosialnya tidak mendorong mereka untuk melakukan hal tersebut, perempuan dengan tingkat pendidikan yang relatif tinggi tidak dijamin akan meninggalkan kebiasaan atau kebiasaan buruk dalam hal menyusui (Nugroho, Waryana, & Aritonang, 2017).



Gambar 6. Demonstrasi pijat oleh mahasiswi kepada peserta pelatihan

Salah satu upaya untuk membantu ibu melepaskan lebih banyak oksitosin dan prolaktin setelah melahirkan adalah dengan memijat titik-titik tubuh tertentu. Pijatan dapat membantu ibu merasa lebih nyaman. Hal ini akan mengaktifkan sel-sel saraf di payudaranya, yang kemudian akan mengirimkan sinyal ke hipotalamus. Hipofisis anterior kemudian akan bereaksi dengan melepaskan hormon prolaktin yang akan diangkut oleh darah ke sel mioepitel payudara, dimana hal tersebut akan menyebabkan ibu memproduksi ASI. Hormon oksitosin yang merangsang ibu memproduksi ASI saat menyusui juga bisa terpengaruh dengan terapi pijat (Pusporini, Ayu, Musfirowati, & Nurjamilah, 2023).



Gambar 7. Pemberian Jitu Oil kepada salah satu Nenek Peserta Pelatihan

## 2. Pelaksanaan Pendampingan

Tabel 3. Perbedaan keterampilan sebelum dan setelah coaching Nenek ASI

Peningkatan Keterampilan	Sebelum Coaching		Setelah Coaching	
	N	%	N	%
Baik	9	48	14	74
Cukup	6	31	3	16
Kurang	4	21	2	10
Total	19	100	19	100

Sumber : data Primer 2024

Data Tabel 3 menunjukkan bahwa 74% peserta mengalami perubahan pengetahuan positif akibat konseling.



Gambar 8. Kegiatan kunjungan rumah ke salah satu rumah ibu menyusui dan neneknya

Praktik-praktik penting di tingkat keluarga telah diidentifikasi, misalnya perawatan bayi, pemberian ASI eksklusif, dan evakuasi bayi baru lahir ketika tanda-tanda bahaya muncul, namun upaya untuk mendukung ibu merawat bayi masih terbatas. Kebanyakan pasangan ibu-anak bukanlah pasangan yang mandiri namun merupakan bagian dari sistem keluarga yang lebih besar di mana ibu didukung oleh anggota keluarga lainnya dan khususnya oleh nenek (Schrijner & Smits , 2018).



Gambar 9. Mahasiswi ikut serta dalam kegiatan pendampingan ke rumah dengan mengedukasi beberapa kental terkait ASI kepada Ibu

Dalam budaya kolektif, untuk semua urusan kesehatan ibu dan anak, tanggung jawab utama terletak pada anggota keluarga perempuan yang pengetahuannya dan pengalamannya meningkat seiring bertambahnya usia (Aubel, 2014). Oleh karena itu, dalam budaya non-Barat, keluarga mengakui perempuan lanjut usia sebagai pihak yang berwenang dalam

semua aspek perkembangan anak, dan sering kali memberikan nasihat kepada laki-laki mengenai dukungan yang harus mereka berikan. 'Di Asia Tenggara, nenek dianggap sebagai gudang pengetahuan dan kebijaksanaan dalam beragam topik rumah tangga' mengenai kesehatan ibu dan anak (Karmacharya, Cunningham, Choufani, & Kadiyala, 2017).

Meskipun praktik tradisional tertentu yang disampaikan oleh nenek bermanfaat, ada pula yang tidak bermanfaat, seperti memberikan prelakteal dan menahan kolostrum. Di Karnataka, para nenek menginisiasi ibu-ibu muda untuk menggunakan prelakteal, tali pusat, dan perawatan termal. Nenek-nenek di Mesir memberikan minuman herbal kepada bayi yang baru lahir untuk menghentikan bayi menangis di malam hari (Kavle & Mehanna, 2014). Di Nigeria, praktik-praktik berbahaya yang dilakukan nenek-nenek adalah dengan memberikan air, prelakteal, dan obat-obatan tradisional saat berada di rumah. Nenek di Brasil memberikan teh dan air minum tradisional kepada bayi yang baru lahir (Gupta & Aborigo, 2015). Di Ghana Utara, nenek menunjukkan tradisi leluhur yang melibatkan penguburan plasenta dan stimulasi ASI. Di berbagai budaya, upaya pelatihan nenek lebih besar dilakukan pada primipara, untuk menanamkan praktik yang seharusnya dilakukan, direplikasi pada bayi baru lahir berikutnya, misalnya di Uganda (Mukunya & Nankabirwa, 2019).



Gambar 10. Kegiatan pendampingan nenek dalam melakukan massage Effluerage bersama kader dan mahasiswa

Di wilayah perkotaan Meksiko, nasihat nenek adalah hal yang paling penting. penentu utama apakah ibu muda menyusui. Berdasarkan analisis jaringan sosial, peneliti Meksiko lainnya menemukan bahwa sebagian besar perempuan (95%) didorong untuk menyusui oleh nenek dari pihak ibu, sedangkan dorongan yang lebih sedikit datang dari dokter (58%) dan nenek dari pihak ayah (42%). Beberapa penelitian melaporkan nasihat nenek untuk meningkatkan produksi ASI, misalnya, dari daerah perkotaan dan pedesaan Ghana (Gupta & Aborigo, 2015). Nenek sering kali menyarankan makanan dan minuman cair tertentu untuk ibu menyusui, misalnya, di perkotaan Bangladesh, baik nenek dari pihak keluarga maupun bukan kerabat memberikan saran tertentu. makanan untuk memperbanyak ASI.

Di banyak budaya, para nenek percaya bahwa sebagian ASI memiliki kualitas yang buruk atau kuantitas yang tidak mencukupi, misalnya di Mesir, gagasan tersebut dibantah oleh para ahli gizi. Di Mesir, para nenek percaya bahwa ASI berkualitas buruk ketika bayi menangis setelah menyusu dan hal ini membenarkan pemberian minuman herbal kepada bayi. Seperti dibahas di atas, meskipun nasihat nenek mungkin salah, seringkali sangat sulit bagi ibu muda untuk menolak nasihat tersebut. saran dari penasihat menyusui senior residen mereka. Bukti dari berbagai konteks non-Barat mengungkapkan bahwa selama penyakit neonatal, keluarga mengakui keahlian nenek dalam mendiagnosis masalah, memberikan perawatan di rumah, dan menentukan apakah dukungan dari luar keluarga diperlukan. Di Ghana, para peneliti menyimpulkan bahwa 'Perempuan dan nenek yang lebih tua sering kali menjadi pihak yang memutuskan bahwa seorang anak membutuhkan pengobatan dan seringkali juga menentukan jenis pengobatan karena kewenangan mereka dalam rumah tangga dan masyarakat'. Ada temuan serupa mengenai peran sentral nenek dalam merawat bayi baru lahir yang sakit dari dan India (Thrive, 2017). Seperti dalam konteks lain, di Nepal para peneliti menemukan bahwa pengambilan keputusan berkisar pada penyakit bayi baru lahir merupakan proses kolektif yang sebagian besar melibatkan anggota keluarga perempuan, dan peran suami terbatas (Lama, Khatry, Katz, LeClerq, & Mullany, 2017). Hal tersebut selaras dengan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Pengabdian bahwa Nenek mempunyai peran yang dominan pada saat memberikan nasehat dan memberikan bantuan utamanya dalam merawat bayi.



Gambar 11. Mahasiswi melakukan TTV kepada ibu menyusui untuk mengecek kondisinya

Produksi ASI dapat dipengaruhi oleh berbagai macam faktor, seperti pola istirahat, perawatan payudara, faktor pola makan, dan penggunaan alat kontrasepsi. Selain faktor-faktor yang telah disebutkan sebelumnya, peneliti akan berkonsentrasi pada faktor fisiologis (hormon), masalah kesehatan mental, dan masalah ketenangan mental dalam upayanya untuk mempengaruhi atau meningkatkan produksi ASI. Pijat punggung merupakan salah satu metode yang akan digunakan peneliti untuk mempengaruhi produksi ASI. Tujuan pijat punggung adalah untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan dengan cara memijat ruas tulang belakang hingga tulang rusuk kelima atau keenam. Hormon oksitosin meningkat dengan pijatan punggung ini, yang membantu menenangkan ibu dan mendorong keluarnya ASI (Ningsih, Masyayih, Indriani, & Susiana, Pengaruh Video Pijat Endhoprin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui, 2023).

Salah satu teknik yang banyak digunakan dalam pemijatan disebut effleurage, yang dilakukan di awal dan akhir pemijatan dengan menggunakan gerakan menggosok ringan dan menenangkan, bisa dalam waktu lama atau terus menerus. Memanaskan otot dengan gerakan ini akan membantunya menjadi lebih rileks. Minyak Jitu merupakan salah satu jenis minyak yang dapat digunakan dalam terapi pijat effleurage. Mengandung minyak esensial lavender dan lemon yang memiliki efek menyegarkan, memberi energi, dan menenangkan pada kulit (Ningsih, Andini, Atiqa, Fadhilah, & Kholifah, 2023).

Studi ini menunjukkan bahwa 69% nenek menawarkan air atau teh kepada bayi, yang membuat seseorang percaya akan hubungannya dengan kepercayaan dan mitos yang ada di masyarakat, objek penelitian yang dilakukan di Viçosa (MG), dimana mitos adalah didefinisikan sebagai “representasi fakta atau karakter nyata, yang lebih-lebihkan oleh imajinasi populer, oleh tradisi.” Menurut penelitian ini, salah satu kesalahpahaman yang paling umum adalah bahwa ASI tidak dapat memuaskan rasa haus bayi. Hal ini menyoroti pentingnya memberikan air atau teh kepada bayi baru lahir di masa-masa awal kehidupannya untuk menenangkan mereka, meringankan rasa sakit dan nyeri, menenangkan telinga, mencegah dan mengobati pilek, dan yang paling penting, memuaskan rasa haus mereka. Memang benar, nenek jarang menolak untuk disusui; Namun, hal ini berdampak signifikan pada pemberian air atau infus harian kepada bayi, sehingga secara tidak sengaja mengganggu keberhasilan pemberian ASI (Schrijner & Smits , 2018).

Teknik pemberian makan pertama yang disarankan untuk menunjang kesehatan dan tumbuh kembang anak yang sehat adalah pemberian ASI. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa satu-satunya sumber nutrisi bayi haruslah ASI selama enam bulan pertama kehidupannya. Setelah itu, ia harus melengkapinya dengan makanan lain yang diberikan dengan cara yang sesuai dan menyehatkan hingga ia berusia minimal dua tahun. Hingga usia enam bulan, ASI merupakan makanan terlengkap yang tersedia bagi bayi. Murah untuk anggaran keluarga, mudah dicerna, tidak membahayakan lambung atau ginjal anak, serta memperlambat ikatan ibu dan anak. Di pihak perempuan, tindakan menyusui juga sangat bermanfaat: melindungi ibu dari kehilangan banyak darah setelah melahirkan dengan menghambat menstruasi; itu mencegah anemia; dan mengurangi kemungkinan ibu terkena kanker payudara dan ovarium. Ini adalah satu satunya strategi yang paling dapat mencegah kematian anak, selain meningkatkan kesehatan fisik, mental, dan psikis anak dan wanita yang menyusui. Meskipun manfaat menyusui sudah banyak diketahui, namun diakui bahwa menyusui adalah praktik yang didasarkan pada subjektivitas, dipengaruhi oleh konteks sosial ibu menyusui, serta jaringan sosialnya – terutama ibunya. Tindakan menyusui dipenuhi dengan mitos, kepercayaan, dan nilai-nilai yang diturunkan dari generasi ke generasi; para nenek mendasarkan diri pada pengalaman mereka sendiri untuk melakukan

intervensi secara positif atau negatif, melalui dukungan tatap muka, emosional, informasi dan instrumental ( Mendonça Ferreira, Dantas Piccioni, Breno Queiroz, Silva, & do Vale , 2018).

Sikap nenek tentang pentingnya dan praktik menyusui mempengaruhi jenis pemberian makanan pada bayi, serta lamanya menyusui dalam jangka waktu 12 bulan. Ibu yang merasa bahwa ibunya sendiri bersikap ambivalen mengenai pemberian ASI, atau lebih memilih pemberian susu formula, memiliki kemungkinan 96% lebih besar untuk menghentikan pemberian ASI pada minggu ke-26, dan mempunyai kemungkinan lebih dari dua kali lipat untuk berhenti menyusui dalam waktu 52 minggu (Cox, Giglia, & Binns, 2015). Pada saat perawatan payudara menggunakan Jitu Oil yang bersifat menenangkan yang dapat menghasilkan hormon oksitosin meningkat sehingga meningkatkan produksi ASI. Pijat Effluerage dan Jitu Oil, kombinasi kedua terapi ini akan meningkatkan rangsangan impuls saraf yang ditargetkan karena kulit akan menyerap aromaterapi esensial yang merangsang penciuman dan sekaligus terapi fisik dari pijat Effluerage. Penelitian lain pada tahun 2016 menyebutkan bahwa pijat payudara pada masa nifas merupakan suatu kebutuhan bagi ibu menyusui. Dengan adanya perawatan payudara akan membantu keluarnya ASI yang akan meningkatkan produksi ASI. Banyak pembenaran yang diberikan, termasuk kesejahteraan anak-anak. Nenek dari ibu menyusui menyadari manfaat kesehatan dari ASI, khususnya fakta bahwa ASI mengandung zat yang melindungi pasien muda dari bahaya. Selain itu, pemberian ASI eksklusif juga didukung oleh ibu mertua atau nenek ibu karena lebih hemat biaya. ASI juga bermanfaat karena alasan ini. Hal ini mendukung teori yang ada saat ini yang menyatakan bahwa pemberian ASI eksklusif menghemat pengeluaran rumah tangga untuk pembelian susu formula dan biaya pengobatan akibat dampak buruk susu formula dengan menghilangkan kebutuhan ibu untuk membayar makanan dan makanan bayi sampai anak berusia minimal enam bulan.

## **SIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menjadikan nenek lebih paham apa yang terbaik untuk kesehatan cucunya. Hal ini terbukti dengan hasil peningkatan pengetahuan post conference

saat penyuluhan dan peningkatan keterampilan pasca dilakukan pendampingan secara door to door oleh pengabdian dan mahasiswi.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Terimakasih kepada LP2M Universitas Ibrahimy dan Fakultas Ilmu Kesehatan yang mendanai kegiatan ini. Serta seluruh bagian yang terlibat dan turut mensukseskan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Asiyah, N., & Wigati, A. (2015). Minyak Aromaterapi Lavender Sebagai Media Peningkatan Produksi ASI. *JIKK*, 6(2), 23:38.
- Herdiyani, Y., Isnaini, N., Utami, V. W., & Suharman. (2024). The effect of effleurage technique back massage Using lavender aromatherapy oil on post-partum breast milk production. *MANUJU: Malahayati Nursing Journal*, 293-300.
- Kavle, J., & Mehanna, S. (2014). *Examining Factors Associated with Stunting in Lower Egypt in Comparison to Upper Egypt*. USAID.
- Mendonça Ferreira, T., Dantas Piccioni, L., Breno Queiroz, P., Silva, E., & do Vale, I. (2018). Influence of grandmothers on exclusive breastfeeding: cross-sectional study. *Einstein (Sao Paulo)*. doi:10.31744/einstein\_journal/2018A04293
- Nugroho, R., Waryana, & Aritonang, I. (2017). Peran Nenek dalam Peningkatan Cakupan ASI Eksklusif di Desa Bangunjiwo. *Jurnal Nutrisia*, 68-78.
- Pusporini, L. S., Ayu, I. P., Musfirowati, F., & Nurjamilah, S. (2023). The Effect of Intervention Package Massage Therapy, Music Therapy, and Aromatherapy (P, M, A Therapy) on Breast Milk Adequacy. *International Conference Health, Social Science & Engineering*, 182-192.
- Aubel, J. (2014). The role and influence of grandmothers on child nutrition: culturally designated advisors and caregivers. *Wiley. Onlien Library*. doi:<https://doi.org/10.1111/j.1740-8709.2011.00333.x>
- Cox, K., Giglia, R., & Binns, C. (2015). The influence of infant feeding attitudes on breastfeeding duration: evidence from a cohort study in rural Western Australia. *Int Breastfeed J*.

- Gupta, M., & Aborigo, R. (2015). Grandmothers as gatekeepers? The role of grandmothers in influencing health-seeking for mothers and newborns in rural northern Ghana. *Glob Public Health*.
- Herdiyani, Y. (2024). Pengaruh Pijat Punggung Teknik Effleurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender Terhadap Pengeluaran Asi Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Way Nipah Tahun 2023. *Skripsi*. Diambil kembali dari <https://repository.malahayati.ac.id/index.php/ktibidan/article/view/2252>
- Heru. (2011). *Ruqyah Syar'i berlandaskan Kearifan Lokal*.
- isnaeni, Y. (2016). Efektifitas pijat punggung menggunakan minyak esensial lavender terhadap produksi asi ibu pasca salin. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 12(1), 29-37.
- Kane, H. (2020). Soins aux nouveau-nés : les recommandations internationales face aux enjeux sociaux de la naissance. *Pubmed*, 1(S1), 17-27. doi:10.3917/spub.200.0017.
- Karmacharya, C., Cunningham, K., Choufani, J., & Kadiyala, S. (2017). Grandmothers' knowledge positively influences maternal knowledge and infant and young child feeding practices. *PHN*. Diambil kembali dari <https://www.cambridge.org/core/journals/public-health-nutrition/article/grandmothers-knowledge-positively-influences-maternal-knowledge-and-infant-and-young-child-feeding-practices/0E3EB36749CECCA8FD99DB15ADC45486>
- Kemendes. (2019, Agustus 07). *Berikan ASI untuk Tumbuh Kembang Optimal*. Diambil kembali dari Kemendes hebat, Indonesia Sehat: <https://www.kemendes.go.id/id/rilis-kesehatan/berikan-asi-tumbuh-kembang-optimal>
- Lama, T., Khatry, S., Katz, J., LeClerq, S., & Mullany, L. (2017). Illness recognition, decision-making, and care-seeking for maternal and newborn complications: a qualitative study in Sarlahi district, Nepal. *Journal of Health, Population and Nutrition*. Diambil kembali dari <https://jhpnp.biomedcentral.com/articles/10.1186/s41043-017-0123-z>
- Marshall, J., & Raynor, M. (2020). *Myles Textbook for Midwives*. Diambil kembali dari <https://shop.elsevier.com/books/myles-textbook-for-midwives/marshall/978-0-7020-7642-8>

- Matsumoto, T., Asakura, H., & Hayashi, T. (2013). Does lavender aromatherapy alleviate premenstrual emotional symptoms?: a randomized crossover trial. *Pubmed*, 31(7). doi:10.1186/1751-0759-7-12
- Mukunya, D., & Nankabirwa, V. (2019). Key Decision Makers and Actors in Selected Newborn Care Practices: A Community-Based Survey in Northern Uganda. *Int. J. Environ. Res. Public Health*.
- Ningsih, D. A., Andini, D. M., Atiqa, S. N., Fadhilah, S., & Kholifah, U. N. (2023). Effect of Fortification of Massage Oil for Breastfeeding Mothers on Physical, Chemical and Organoleptic Tests of Jitu Oil. *Journal of Global Research in Public Health*, 8(1), 89-98.
- Ningsih, D. A., Masyayih, W. A., Indriani, T., & Susiana. (2023). Pengaruh Video Pijat Endhoprin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui. *JOMIS*.
- S, H., S, A., & Susanti. (2017). Gambaran Karakteristik Ibu Menyusui Tidak Memberikan Asi Eksklusif Di Desa Cikeruh Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang Tahun 2015. *J. Sist. Kesehatan*.
- Schrijner, S., & Smits, J. (2018). Grandparents and Children's stunting in sub-Saharan Africa. *Pubmed*, 90-98. doi:10.1016/j.socscimed.2018.03.037
- Thrive, A. (2017). Nutrition Practices in Bihar Results of a Formative Research Study.