

**LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**PELATIHAN PIJAT LAKTASI PADA IBU MENYUSUI DI WILAYAH  
KERJA PUSKESMAS UPT SUKARAMAI KECAMATAN TAPUNG HULU**

**Oleh :**

<b>Ketua</b>	<b>: Endang Mayasari</b>	<b>NIDN : 1018098502</b>
<b>Anggota</b>	<b>: 1. Miftahulrahmi</b>	<b>NIDN : 105088801</b>
	<b>2. Febi Aulia Febrianti</b>	<b>NIM : 1916401002</b>

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI TAHUN AJARAN  
2021/2022**

HALAMAN PENGESAHAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

1. Judul Penelitian : Pelatihan pijat laktasi pada ibu menyusui di desa Naumbai Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar
2. Kode>Nama Rumpun Ilmu : 372 / Kebidanan
3. Peneliti
  - a. Nama Lengkap : Endang Mayasari, SST, M.Kes
  - b. NIDN/NIP : 1018098502/ 096.542.072
  - c. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli
  - d. Program Studi : D III Kebidanan
  - e. No Hp : 082169538518
  - f. email : [Endangmayasari85@gmail.com](mailto:Endangmayasari85@gmail.com)
4. Anggota Peneliti (1)
  - a. Nama lengkap : Mifahurrahmi, SST, M.Kes
  - b. NIDN/ NIP : 1005088801
  - c. Program Studi : S1 Kebidanan
5. Anggota Peneliti (2)
  - a. Nama lengkap : Feby Aulia Febrianti
  - b. NIDN/ NIP : 1915401002
  - c. Program Studi : D III Kebidanan
6. Lokasi Mitra
  - a. Wilayah Mitra : Bukit Kemuning
  - b. Kabupaten/ Kota : Kampar
  - c. Propinsi : Riau
  - d. Jarak PT ke lokasi : 45 KM
7. Biaya Penelitian : Rp. 1.500.000

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

  
**Dewi Anggriani Harahap, M.Keb**  
NIP-TT 096.542.089

Bangkinang, 9 Desember 2021  
Ketua Peneliti

  
**Endang Mayasari, SST, M.Kes**  
NIP-TT 096.542.072

Menyetujui,  
Ketua LPPM Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

  
**Dr. M. Masnur Indra Daulay, M.Pd**  
NIP-TT 096.542.108

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUTAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
IDENTITAS DAN URAIAN UMUM.....	iii
RINGKASAN.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Analisa Situasi.....	1
1.2 Permasalahan Mitra.....	3
<b>BAB II SOLUSI DAN TARGET LUARAN</b>	
2.1 Solusi.....	4
2.2 Target dan Luaran.....	5
<b>BAB III METODE PELAKSANAAN</b>	
3.1. Solusi yang ditawarkan.....	6
3.2. Partisipasi Mitra.....	7
<b>BAB IV BIAYA DANRENCANA KEGIATAN</b>	
4.1. Anggaran Biaya.....	9
4.2. Jadwal Kegiatan.....	11
<b>DAFTAR PUSTAKA LAMPIRAN</b>	

## IDENTITAS DAN URAIAN UMUM

---

1. Judul Pengabdian :

2. Tim Pengabdian :

No	Nama	Jabatan	Bidang Keahlian	Program Studi
1.	Endang Mayasari	Lektor	Kebidanan	Kebidanan
2.	Miftahurrahmi	Asisten Ahli	Kebidanan	Kebidanan
3.	Feby Auliyah Febriani	Mahasiswa	Kebidanan	Kebidanan

3. Objek Pengabdian penciptaan (jenis material yang akan diteliti dan segi pengabdian):

4. Masa Pelaksanaan

Mulai : bulan Desember tahun 2021

Berakhir : bulan Februari tahun 2022

5. Lokasi Pengabdian (lab/lapangan): Aula Kantor Desa Naumbai

7. Instansi lain yang terlibat (jika ada, dan uraikan apa kontribusinya): -

8. Skala perubahan dan peningkatan kapasitas sosial kemasyarakatan dan atau pendidikan yang ditargetkan: ada

9. Jurnal ilmiah yang menjadi sasaran (tuliskan nama terbitan berkala ilmiah internasional bereputasi, nasional terakreditasi, atau nasional tidak terakreditasi dan tahun rencana publikasi): Jurnal PKM Universitas Pahlawan

# **BAB I.**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Analisis situasi**

Pemerintah Indonesia membuktikan komitmennya dalam menurunkan angka kematian bayi dan mendukung pemberian ASI eksklusif mengeluarkan Undang-undang Kesehatan no 36 Tahun 2018 yang menekankan hak bayi untuk mendapatkan ASI eksklusif kecuali atas indikasi medis dan ancaman hukuman pidana bagi yang tidak mendukung. Termasuk diantara petugas Kesehatan.

Salah satu alasan penyebab ketidakberhasilan pemberian ASI ini adalah ibu kurang percaya diri bahwa ASI yang dimiliki dapat mencukupi kebutuhan nutrisi bayinya. Hal ini terjadi karena ASI yang tidak keluar atau hanya keluar sedikit pada hari-hari pertama setelah melahirkan. Dalam kondisi yang penuh kekhawatiran dan tidak percaya diri karena merasa ASInya tidak cukup, ibu memerlukan bantuan dan dukungan untuk dapat mempertahankan produksi ASI (Maryunani, 2012).

### **1.2 Permasalahan mitra**

Desa Naumbai merupakan salah satu desa yang ada di kecamatan Kampar. Berdasarkan data yang didapat, terdapat beberapa kendala yang dihadapi oleh ibu hamil yang ada didesa Naumbai dalam mengikuti kegiatan Penyuluhan Pijat Laktasi.

Saat ini banyak ibu hamil dalam menjani kehamilannya belum sepenuhnya mengetahui tentang pijat laktasi yang bisa dilakukan selama kehamilan. Terkadang ibu menyusui terkesan takut melakukan pijat laktasi selama masa menyusui. Masih adanya ibu menyusui yang tidak mengetahui tentang pijat menyusui, gerakan pijat dan manfaat dari melakukan pijat laktasi pada masa menyusui.

Pihak desa menjelaskan masih banyak ibu menyusui yang memberikan susu formula pada masa menyusuinya dikarenakan tidak banyaknya ASI dan tidak keluar nya ASI pada awal awal menyusui.

## **BAB II. SOLUSI DAN TARGET LUARAN**

### **2.1. Solusi yang ditawarkan**

Dalam hal ini pihak Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai RiauBangkinang menawarkan desa untuk segera meningkatkan upaya pelaksanaan penyuluhan tanda bahaya dalam Hal yang ditawarkan melalui:

2.1.1 Penyuluhan tentang manfaat dan cara melakukan pijat yang bisa dilakukan pada masa kehamilan

Penyuluhan tentang pijat bayi dengan cara menjelaskan apa itu pijat bayi, manfaat pijat bayi, kapan bisa dilakukannya pijat laktasi.

2.1.2. Pemeriksaan

Pelaksanaan pelatihan pijat laktasi dilakukan untuk merangsang hormone pengeluaran oksitosin guna untuk memproduksi ASI dan memperlancar ASI.

2.1.3. Pemberian obat- obatan dan vitamin

Pelaksanaan penyuluhan juga memberikan vitamin tambahan kepada ibu menyusui untuk membantu menambah produksi ASI.

### **2.2.Target luaran**

Dengan adanya kegiatan ini diharapkan desa lebih mampu dan mandiri dalam dalam kehamilan dan pengawasan serta menumbuhkan kesadaran ibu menyusui sehingga terjadi peningkatan pengetahuan, sikap terhadap pijat laktasi.

Nantinya dapat meningkatkan derajat Kesehatan ibu menyusui dan meningkatkan kesehatan dan kualitas ASI yang diproduksi

## **BAB III. METODE PELAKSANAAN**

Metode pelaksanaan pada program pengabdian kepada masyarakat ini disusun secara sistematis:

### **3.1. Tahap Persiapan**

Kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan adalah:

- a. Survei tempat pelaksanaan kegiatan
- b. Pengurusan administrasi dan perijinan tempat pengabdian masyarakat
- c. Persiapan materi manfaat pijat laktasi dan Langkah-langka dalam melakukan pijat laktasi.

### **3.2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan pengabdian akan dilakukan setelah persiapan dan perizinan selesai. Kegiatan akan dilakukan di Desa Naumbai Kecamatan kampar Kabupaten Kampar. Dalam pelaksanaannya sasaran dijelaskan tentang apa itu pijat laktasi yang benar, manfaat, cara – cara dalam melakukan pijat laktasi.

### **3.3. Pembuatan Artikel Pengabdian**

Artikel pengabdian dibuat sebagai bentuk hasil akhir dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan agar nantinya manfaat dari pengabdian ini benar-benar tercapai.

### **3.4 Tahap Evaluasi**

Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terdapat kekurangan-kekurangan selama kegiatan. Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan dengan efektif dan sesuai dengan yang diharapkan. Tahap evaluasi difokuskan terhadap kemampuan ibu menyusui menerapkan cara melakukan pijat laktasi pada masa menyusui.

### **3.5 Tahap Pembuatan Laporan**

Pembuatan laporan disesuaikan dengan hasil yang telah dicapai selama melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

## BAB IV. BIAYA DAN RENCANA KEGIATAN

### 4.1 Anggran Biaya

Total biaya yang diusulkan adaah sebesar Rp.1.500.000,- (Dua Juta Lima Ratus Ribu Rupiah). Adapun ringkasan anggaran biaya dalam kegiatan ini dijelaskan pada tabel berikut ini:

Tabel 4.1  
Ringkasan Anggaran Biaya

No.	Jenis Pengeluaran	Biaya yang Diusulkan (Rp)
1	Bahan habis pakai dan Peralatan	
<b>Jumlah</b>		<b>300.000</b>

### Rincian Anggaran Biaya Pengabdian Masyarakat di Desa Pulau Jambu

1. Bahan Habis Pakai dan Peralatan				
Kertas A4	Operasional kegiatan	1 Rim	50.000	80.000
Tinti Print hitam	Operasional kegiatan	1 Tabung	45.000	45.000
Pena	Alat tulis peserta	1 kotak	25.000	50.000
Foto copy	Bahan materi acara	10 Exemplar	10.000	100.000
Aqua, 1 x pertemuan	Peserta dan Pemateri	1kotak	45.000	45.000
Spanduk	Operasional kegiatan	1 buah	150.000	150.000
<b>SUB TOTAL (Rp)</b>				
3. Peralatan				

<b>Kegiatan</b>				
Masker		2 Kotak	25.000	50.000
Minyak pijat		4 botol	45.000	180.000
Handuk		10Buah	20.000	200.000
<b>SUB TOTAL (Rp)</b>				<b>790.000</b>
<b>Perjalanan</b>				
Material	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga	Harga Peralatan Penunjang (Rp)
Konsumsi				
Konsumsi		20 kotak	10.000	200.000
Minyak Mobil				100.000
<b>SUB TOTAL (Rp)</b>				<b>300.000</b>
<b>TOTAL ANGGARAN YANG DIPERLUKAN (Rp)</b>				
				<b>1.500.000</b>

## **BAB V**

### **HASIL**

A. Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian dapat diuraikan melalui 2 (dua) tahapan kegiatan, yaitu persiapan dan pelaksanaan. Pada tahap persiapan yang merupakan perencanaan program pengabdian dilakukan kegiatan sebagai berikut :

1. Koordinasi dengan pihak Puskesmas dan Kepala Desa

Koordinasi dengan pihak Puskesmas dan Kepala Desa. Pihak Puskesmas dan Kepala Desa menerima dan mendukung kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh Tim Pengabdian masyarakat dalam rangka pelatihan pijat laktasi

2. Penetapan waktu pengabdian masyarakat

Pelaksanaan pengabdian masyarakat berdasarkan kesepakatan dengan pihak Puskesmas dan Kepala desa Naumbai yang dilakukan pada tanggal 23 Desember 2021 s/d 20 Januari 2022.

3. Penentuan sasaran dan target peserta pelatihan

Dari koordinasi dengan Pihak Puskesmas dan Kepala Desa Naumbai maka sasaran pengabdian masyarakat adalah didesa sebanyak 20 orang

4. Perencanaan materi pengabdian masyarakat

Materi pengabdian masyarakat yang telah direncanakan oleh tim pengabdian masyarakat meliputi Pelatihan Pijat Laktasi.

Tahapan persiapan di atas selanjutnya diikuti dengan tahap pelaksanaan. Pada tahap pelaksanaan program pengabdian dapat diuraikan bahwa:

1. Kegiatan pengabdian masyarakat tentang terapi wudhu dilaksanakan pada tanggal 23 Desember 2021 S/d 20 Januari 2022, di Desa Naumbai
2. Kegiatan pengabdian masyarakat dihadiri oleh 20 orang peserta yang berdasarkan arahan kepala desa dan pihak puskesmas
3. Ibu menyusui senang mengikuti kegiatan karena melakukan olah raga berupa Pijat Laktasi.
4. Pada sesi tanya jawab ada ibu hamil yang bertanya, bagaimana cara melakukan pijat laktasi yang benar.
5. Dalam kegiatan langkah pengabdian masyarakat beberapa ibu diminta untuk mengulang kembali beberapa materi yang sudah dijelaskan.

## **B. Pembahasan Hasil Pelaksanaan Kegiatan PPM**

Hasil pelaksanaan kegiatan PPM secara garis besar dapat dilihat berdasarkan komponen sebagai berikut:

1. Keberhasilan target jumlah peserta pengabdian masyarakat

Keberhasilan target jumlah peserta pengabdian masyarakat dapat dikatakan sangat baik, karena lansia ikut sebanyak 20 orang dalam kegiatan pengabdian masyarakat.

2. Ketercapaian tujuan pengabdian masyarakat

Ketercapaian tujuan pengabdian masyarakat dapat dikatakan baik (80%). Ada peningkatan pengetahuan dari peserta tentang Pijat laktasi

3. Ketercapaian target materi yang telah direncanakan

Ketercapaian target materi yang telah direncanakan dapat dikatakan baik (90%). Semua materi pengabdian masyarakat dapat disampaikan oleh tim dengan waktu yang terbatas. Materi yang telah disampaikan adalah bagaimana cara melakukan Pijat Laktasi.

4. Kemampuan peserta dalam penguasaan materi

Kemampuan peserta dalam penguasaan materi dapat dikatakan baik (95%). Penyampaian materi dengan metode ceramah dan demonstrasi mendukung kemampuan peserta dalam menguasai materi yang disampaikan oleh tim pengabdian masyarakat.

Secara keseluruhan kegiatan pelatihan “ Pijat Laktasi” dapat dikatakan baik dan berhasil, yang dapat diukur dari keempat komponen di atas.

**BAB VII**  
**RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA**

Rencana selanjutnya :

- a. Memasukkan kedalam jurnal pengabdian masyarakat
- b. Mensosialisasikan manfaat pelatihan Pijat Laktasi di desa Naumbai.

## **BAB VIII**

### **PENUTUP**

#### **7.1 Kesimpulan**

1. Kegiatan pengabdian masyarakat tentang tanda-tanda kehamilandapat melakukan Pijat Laktasi.
2. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan metode Demonstrasi.

#### **7.2 Saran**

Program pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat ditindaklanjuti di tempat lain pada kegiatan berikutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Suananda Y, 2018 Pranatal, post natal Yoga. Jakarta : Buku Kompas.
2. Anggriyana widianti. 2015, Senam Kesehatan Aplikasi Senam Untuk Kesehatan. Yogyakarta : Nuha Medika.
3. Pratignyo T, 2018. Yoga ibu Hamil, Jakarta : kuntum
4. Fauziah, Lestari. (2016). Efektivitas Latihan Yoga Prenatal dalam Menurunkan Kecemasan pada Ibu Primigravida Trimester III. Bandung: Universitas Padjajaran.
5. Hamilton. (2010). Dasar-Dasar Keperawatan Maternitas. Jakarta: EGC  
Anggraeni Dyah. (2012). Melahirkan Tanpa Rasa Sakit. Yogyakarta
6. Larsen EC, Wilken-Jensen C, Hansen A, Jensen DV, Johansen S, et al. (2013). Symptom-giving pelvic gridle relaxtion in pregnancy: invisible factors acta obstet agynecol Scand (diakses 29 Agustus 2018)
7. Ayu Sekar. (2017). Kursus Kilat Senam Hamil. Yogyakarta: Araska.
8. Aprillia, Y dan Ritchmond, B. (2011). Gentle Birth: Melahirkan Nyaman Tanpa Rasa Sakit. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
9. Varney, H. (2011). Buku Ajar Asuhan Kebidanan. Jakarta: EGC.
10. Varney, H. (2011). Buku Ajar Asuhan Kebidanan. Jakarta: EGC.

## Lampiran 1

### A. Identitas Diri

#### 1. Ketua Tim Pengusul

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Endang Mayasari, SST, M.Kes
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
4	NIP/ NIK/ Identitas lainnya	1471095809850061
5	NIDN	1018098502
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Pekanbaru, 18September 1985
7	E-mail	Endang <a href="mailto:mayasari@gmail.com">mayasari@gmail.com</a>
8	Nomor Telepon/ HP	082169538518
9	Alamat Kantor	Jl. Tuanku Tambusai No.23 Bangkinang
10	Nomor Telepon/ Faks	(0762) 21677, Fax (0762) 21677
11	Lulusan yang Telah Dihilangkan	S-1 = - orang, S-2 = - orang, S-3 = - orang
12	Mata Kuliah yang Diampu	1. Askeb Persalinan
		2. Mutu dalam Pelayanan
		3. Kespro Lansia
		4. KKPK

### B. Riwayat Pendidikan

	S	S-2	S-3
Nama Perguruan Tinggi	Poltekkes Depkes Pekanbaru	Pascasarjana Kesmas STIKes Hangtuah Pekanbaru	
Bidang Ilmu	Bidan Pendidik	Kesehatan Reproduksi	
Tahun Masuk-Lulus	2007-2008	2011-2014	
Judul Skripsi / Tesis / Disertasi	Hubungan pengetahuan dan sikap terhadap menstruasi remaja di panti asuhan muhammadiyah Bandung Tahun 2007	Status gizi balita di kecamatan tenayan raya dan kecamatan Rumbai tahun 2014	

Nama Pembimbing	1. Prof Dr. Undang Santosa, M.Pd 2. Prof, Dr, Herman SpOG	1. Prof, dr, Dedi Afandi, SpF. 2. Hetti Ismainar, M.Kes	
-----------------	--	--	--

**C. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir  
(Bukan Skripsi, Tesis, dan Disertasi)**

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2017	Studi fenomenologi pengalaman keluarga dalam merawat kesehatan lansia dengan hipertensi di desa empat balai kecamatan kuok	yayasan	6.000.000
2	2018	Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi di desa pulau jambu UPTD kuok	Yayasan	6.000.000
3	2019	Hubungan Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) keluarga dengan kejadian diare balita didesa tambang UPTD kabupaten kampar.	Yayasan	6.000.000
4	2020	Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemilihan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) di Desa Pulau Empat Wilayah Kerja Puskesmas Kuok Tahun 2019”.	Yayasan	6.000.000

**D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat dalam 5 Tahun Terakhir**

No	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2017	MP- ASI di Pustu Kumantan Kecamatan Bangkinang Kampar	Yayasan	6.000.000
2	2018	Promosi asi eksklusif di desa tanjung berulak	yayasan	6.000.000
3	2018	senam lansia di desa batu belah kecamatan kampar kabupaten kampar	Yayasan	6.000.000
4	2019	Pemeriksaan Tumbuh kembang Balita di TPA Tambusai	Yayasan	6.000.000
5	2019	Kebersihan Gigi dan Mulut di PAUD /TK Zait bin Tsabit	yayasan	6.000.000
6	2020	Lansia aktif, produktif dan mandiri di era new normal di desa Pulau jambu	Yayasan	6.000.000
7	2020	Pencegahan Covid di era New Normal di desa Pulau Jambu	Yayasan	6.000.000

#### E. Publikasi Artikel Ilmiah Dalam Jurnal Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/Nomor /Tahun
1	2017	Studi fenomenologi pengalaman keluarga dalam merawat kesehatan lansia dengan hipertensi di desa empat balai kecamatan kuok	Jurnal Dopler	Vol 1 No 2 tahun 2017
2	2018	Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi di desa pulau jambu UPTD kuok	Jurnal Dopler	Vol 2 no 2 Tahun 2018
3	2019	Hubungan Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) keluarga dengan kejadian diare balita didesa tambang	Jurnal Dopler	Vol 3 No 1 Tahun 2019

		UPTD kabupaten kampar		
4	2020	Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemilihan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) di Desa Pulau Empat Wilayah Kerja Puskesmas Kuok Ta	Jurnal Dopler	Vol 4 No 1 tahun 2020

**F. Pemakalah Seminar Ilmiah (*Oral Persentation*) dalam 5 Tahun**

No	Nama Temu Ilmiah/ Seminar	Judul Artikel	Waktu dan Tempat
1			

**G. Karya Buku dalam 5 Tahun Terakhir**

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1				
2				

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi. Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan proposal pengabdian masyarakat.

Pengusul,

Endang Mayasari, SST, M.Kes

