

LAPORAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



**“PELATIHAN PIJAT OKSITOSIN PADA KADER UNTUK MENCEGAH
MASTITIS DI POSYANDU FLAMBOYAN PKM JAGIR SURABAYA”**

Oleh:

Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes	: 0727128204
Fulatul Anifah, S.ST., M.Keb	: 0729118905
Lailatul Luthfiayah, A.Md., Keb	: -
Ayu Fatmawati	: 20181664005
Indah Mawar Sari	: 20181664006
Magfiarotun Anisa Fitri	: 20181664018
Sellya Dwi Fannya	: 20181664019

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2021

**HALAMAN PENGESAHAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PkM)**

1. Judul Pengabdian : Pelatihan pijat oksitosin pada kader untuk mencegah mastitis di Posyandu Flamboyan PKM Jagir Surabaya
2. Skema : Pengabdian kepada Masyarakat
3. Jumlah Dana : Rp. 11.000.000,00
4. Ketua Pengabdian
 - a. Nama : Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes
 - b. NIDN : 0727128204
 - c. Jabatan Fungsional : Lektor
 - d. Program Studi : S1 Kebidanan
 - e. Nomor HP : 081332343531
 - f. Alamat Email : umima_rifah20@yahoo.com
5. Anggota Pengabdian 1
 - a. Nama Lengkap : Fulatul Anifah, S.ST., M.Keb
 - b. NIDN : 0729118905
 - c. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Surabaya
6. Anggota Pengabdian 2
 - a. Nama Lengkap : Lailatul Luthfiyah, A.Md.Keb
 - b. Instansi : PKM Jagir Surabaya
7. Anggota Pengabdian 3
 - a. Nama Lengkap : Ayu Fatmawati
 - b. NIM : 20181664005
8. Anggota Pengabdian 4
 - a. Nama Lengkap : Indah Mawar Sari
 - b. NIM : 20181664006
9. Anggota Pengabdian 5
 - a. Nama Mahasiswa : Maghfirotul Anisa Fitri
 - b. NIM : 20181664018
10. Anggota Pengabdian 6
 - a. Nama Mahasiswa : Shellya Dwi Fannya
 - b. NIM : 20181664019

Surabaya, 25 Januari 2021

Mengetahui,
Dekan



Dr. Mundakir, S.Kep Ns., M.Kep
NIDN. 0033037401

Ketua



Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes
NIDN. 0727128204



Menyetujui,
Ketua LPPM
Dr. Dra. Srijinah, M.Pd
NIDN. 0730016501

DAFTAR ISI

Cover	1
Lembar Pengesahan.....	2
Daftar Isi.....	3
Ringkasan	4
BAB 1 PENDAHULUAN	5
BAB 2 TARGET DAN LUARAN.....	6
BAB 3 METODE PELAKSANAAN	7
BAB 4 HASIL YANG DICAPAI	8
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....	11
Daftar Pustaka.....	12
Lampiran 1. Biaya	13
Lampiran 2. Jadwal Kegiatan.....	14
Lampiran 3. Biodata Ketua.....	15
Lampiran 4. Daftar Hadir	20
Lampiran 5. Leaflet	21
Lampiran 6. Surat Tugas	23
Lampiran 7. Surat Perjanjian Penugasan.....	24

RINGKASAN

Pelatihan Pijat Oksitosin Pada Kader Untuk Mencegah Mastitis Di Posyandu Flamboyan Puskesmas Jagir Surabaya

Masalah umum yang dihadapi ibu menyusui adalah kurang lancarnya proses menyusui sehingga dapat menghambat kesuksesan pemberian ASI eksklusif. Kondisi ini tentu saja dapat menghambat proses menyusui dan menurunkan rasa percaya diri ibu. Apabila masalah ini berlarut-larut terjadi tanpa ada penanganan yang tepat maka dapat dimungkinkan dapat terjadi masalah menyusui yang lain dan lebih parah seperti mastitis. Mastitis merupakan peradangan payudara. Manifestasi klinik mastitis antara lain kemerahan, pembengkakan payudara, demam atau infeksi sistemik. Mastitis klinis didefinisikan sebagai mastitis yang menyebabkan perubahan yang terlihat pada payudara. Salah satu pencegahan agar tidak terjadi masalah tersebut adalah dengan melakukan pijat oksitosin. Selama ini edukasi diberikan langsung kepada ibu nifas atau ibu menyusui. Pada kegiatan kali ini, dilakukan pelatihan pada kader Kesehatan yang berada di wilayah Posyandu Flamboyan Puskesmas Jagir Surabaya. Dengan tujuan agar kader kesehatan tersebut dapat membantu ibu-ibu menyusui yang bermasalah dalam kategori fisiologi dengan lebih seksama sehingga masalah yang dialami ibu tidak berlanjut ke masalah yang lebih serius serta dapat melewati masa menyusui dengan nyaman dan menyenangkan.

Kata Kunci: Pijat Oksitosin, Kader dan Mastitis

BAB 1. PENDAHULUAN

Menyusui adalah satu fase yang dinantikan oleh setiap ibu setelah proses kelahiran bayi. Sejak bayi lahir sampai dengan usia 6 bulan, bayi berhak mendapatkan ASI saja tanpa tambahan makanan dan minuman kecuali obat dan vitamin. Memberikan air susu ibu (ASI) secara eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan seorang anak merupakan bagian dari pelaksanaan standar emas pemberian makanan bayi dan anak (PMBA) yang direkomendasikan oleh WHO dan UNICEF. ASI mengandung zat gizi lengkap yang dibutuhkan oleh seorang bayi dan juga mudah dicerna oleh perut bayi yang kecil dan sensitif. Hanya memberikan ASI saja sudah sangat cukup untuk memenuhi kebutuhan zat gizi bayi di bawah usia enam bulan.

UNICEF menegaskan bahwa bayi yang menggunakan susu formula memiliki kemungkinan meninggal dunia pada bulan pertama kelahirannya, dan kemungkinan bayi yang diberi susu formula adalah 25 kali lebih tinggi angka kematiannya daripada bayi yang disusui ibunya secara eksklusif (Selasi, 2009). Susu formula tidak memiliki kandungan yang lengkap seperti ASI, dan tidak mengandung antibody seperti yang terkandung dalam ASI. Hal ini menyebabkan bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif akan mudah sakit (Ummah, 2014).

Masalah menyusui yang umum dihadapi ibu dan menghambat kesuksesan pemberian ASI eksklusif adalah ibu merasakan produksi ASI nya sedikit. Kondisi ini tentu saja dapat menghambat proses menyusui dan menurunkan rasa percaya diri ibu. Apabila masalah ini berlarut-larut terjadi tanpa ada penanganan yang tepat maka dapat dimungkinkan dapat terjadi masalah menyusui yang lain dan lebih parah seperti mastitis. Mastitis merupakan peradangan payudara. Manifestasi klinik mastitis antara lain kemerahan, pembengkakan payudara, demam atau infeksi sistemik. Mastitis klinis didefinisikan sebagai mastitis yang menyebabkan perubahan yang terlihat pada payudara.

Salah satu pencegahan agar tidak terjadi masalah tersebut adalah dengan melakukan pijat oksitosin. Tindakan pijat merupakan terapi kesehatan yang banyak digunakan masyarakat untuk berbagai tujuan. Mulai dari mengatasi pegal-pegal, mengusir rasa lelah, sampai membantu memperlancar air susu ibu (ASI) para ibu menyusui. Khusus untuk memperlancar ASI, pijatan dilakukan dengan teknik pijat oksitosin agar tidak sampai terjadi bendungan ataupun mastitis. Dengan melakukan pijat oksitosin diharapkan dapat merangsang sel saraf di payudara yang kemudian akan

mengirimkan sinyal ke otak untuk melepaskan oksitosin. Ketika jumlahnya meningkat, hormon ini menyebabkan kelenjar di payudara dan saluran ASI berkontraksi, dan menyalurkan ASI melalui puting payudara. Apabila proses menyusui lancar baik dalam segi pengeluaran ASI ataupun produksi, maka sangat kecil kemungkinan dapat terjadi mastitis.

Dengan dilakukan pijatan selain untuk merangsang refleks let down manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak (engorgement), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Wulandari, 2015). Selama ini, pijat oksitosin mayoritas di berikan langsung kepada ibu post partum dan ibu menyusui. Pada kegiatan kali ini pelatihan pijat oksitosin akan diberikan kepada kader yang ada di wilayah Posyandu Flamboyan Puskesmas Jagir Surabaya dengan tujuan agar bis amejadi tangan kanan dari tenaga Kesehatan (bidan) untuk membantu keberhasilan menyusui (ASI eksklusif), karena dilapangan selain bidan kader juga termasuk yang dekat dengan masyarakat.

1.1 Tujuan

Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk memberikan informasi dan pelatihan tentang pijat oksitosin untuk mencegah terjadinya mastitits di Posyandu Flamboyan Puskesmas Jagir Surabaya.

1.2 Manfaat

Manfaat dari kegiatan ini adalah agar kader yang berada di wilayah Posyandu Flamboyan Puskesmas jagir Surabaya bisa membantu atau menjadi kepanjangan tangan dari tenaga Kesehatan untuk bisa mengedukasi tentang manfaat dari pijat oksitosin.

1.3 Sasaran kegiatan

Sasaran dari kegiatan pegabdian ini adalah kader Kesehatan yang yang berada di wilayah Posyandu Flamboyan Puskesmas jagir Surabaya.

1.4 Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Tempat pelaksanaan kegiatan ini di Posyandu Flamboyan Puskesmas jagir Surabaya. Waktu pelaksanaan kegiatan ini dimulai pada bulan November 2020 sampai dengan Februari 2021.

1.5 Solusi yang Ditawarkan

Dalam hal ini kegiatan yang diadakan adalah pelatihan tentang pijat oksitosin pada kader Kesehatan, dimana seorang kader kesehatan adalah seseorang yang dipilih oleh masyarakat dan dilatih untuk menangani masalah-masalah kesehatan perseorangan maupun masyarakat untuk berkerja dalam hubungan yang amat dekat dengan tempat-tempat pemberian pelayanan kesehatan. Dengan melibatkan kader Kesehatan untuk diharapkan dapat membantu meringankan keluhan-keluhan menyusui ringan serta dapat meningkatkan cakupan ASI Eksklusif untuk tujuan jangka Panjang.

BAB 2. TARGET DAN LUARAN

Program pengabdian masyarakat ini sasarannya adalah Kader Kesehatan yang berada di wilayah Posyandu Flamboyan Puskesmas jagir Surabaya. Kegiatan ini terdiri dari pemberian edukasi tentang pijat oksitosin dan kemudain pertemuan berikutnya dilakukan follow up secara berkelanjutan.

Adapun perubahan target dan luaran kegiatan pengabdian adalah sebagai berikut :

No	Target	Luaran
1.	Kader Kesehatan	Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Kesehatan untuk melakukan pijat oksitosin agar dapat membantu ibu menyusua yang sedang mempunyai masalah ringan secara cepat dan akurat.

BAB 3. METODE PELAKSANAAN

3.1 Persiapan

Pendekatan yang dilakukan yaitu dengan melakukan pendekatan kepada kepala puskesmas, bidan dan juga kader kesehatan di wilayah Posyandu Flamboyan Puskesmas jagir Surabaya.

3.2 Perencanaan Kegiatan dan Langkah-Langkah Kegiatan

1. Melakukan pendekatan dan minta izin kepada kepala Puskesmas Jagir Surabaya
2. Melakukan pendekatan kepada bidan koordinator dan juga kader kesehatan di wilayah Posyandu Flamboyan Puskesmas jagir Surabaya.
3. Menyiapkan tim untuk melakukan penyuluhan serta pelatihan tentang pijat oksitosin.

3.3 Pelaksanaan

Kegiatan dilakukan pada mulai bulan November 2020 sampai dengan Februari 2021 selama 4 kali pertemuan, dimana pada pertemuan pertama dilakukan edukasi terlebih dahulu, kemudian pertemuan kedua dilakukan pelatihan sedangkan pertemuan ketiga dan keempat adalah follow up (tindak lanjut) serta berbagi pengalaman selama berinteraksi langsung dengan masyarakat. Adapun gambaran pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

1. Mempersiapkan tim yang akan mendampingi kegiatan
2. Melengkapi fasilitas yang dibutuhkan
3. Identifikasi jumlah kader kesehatan yang berada di wilayah Posyandu Flamboyan Puskesmas jagir Surabaya

3.4 Evaluasi

Pelaksanaan kegiatan berjalan lancar dan semua peserta antusias untuk mengikuti kegiatan.

BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang pelatihan pijat oksitosin pada kader yang berjumlah 9 orang dan dilaksanakan selama 4 kali pertemuan, dengan rincian sebagai berikut:

1. Pertemuan pertama pada tanggal 30 November, dengan kegiatan edukasi tentang pijat oksitosin.
2. Pertemuan kedua pada tanggal 06 Desember 2020, dilakukan pelatihan tentang pijat oksitosin.
3. Pertemuan ketiga dan keempat dilaksanakan pada tanggal 27 Desember 2020 dan 24 Januari 2021 untuk melakukan tindak lanjut serta berbagi pengalaman tentang aplikasi pijat oksitosin dilapangan (praktik langsung)

Selama kegiatan, keseluruhan kader sangat antusias dan selalu hadir untuk mengikuti kegiatan. Dari 9 kader yang dilakukan pelatihan, hanya 1 kader yang berusia 42 tahun sedangkan 8 kader yang lain berusia sekitar 27 sampai dengan 36 tahun. Hasil yang telah dicapai selama kegiatan ini adalah pengetahuan kader tentang pijat oksitosin meningkat dan semua kader mencoba melakukan (demonstrasi) tentang pijat oksitosin.



Gambar 1. Pelaksanaan Pelatihan Pijat Oksitosin pada Kader Kesehatan

Setelah pertemuan pertama dan kedua, diharapkan kader melakukan pendampingan pada ibu menyusui yang sedang mempunyai masalah dan apabila tidak dilakukan penanganan dini bisa menjadi masalah yang serius dan kemungkinan bisa terjadi mastitis. Dari 9 kader Kesehatan yang sudah mengikuti pelatihan pada tindak lanjut yang keempat, hanya 2 kader yang menemukan ibu menyusui dengan masalah pengeluaran ASI yang tidak lancar, setelah digali penyebab masalahnya dan dibantu

dengan melakukan pijat oksitosin selama beberapa kali, didapatkan masalah yang sedang terjadi sebelumnya telah teratasi dan ASI lancar.

Pijat oksitosin dan proses menyusui, merupakan satu kesatuan. Dalam proses menyusui, bayi akan menyentuh puting payudara ibu. Kemudian, sel saraf di payudara akan mengirimkan sinyal ke otak untuk melepaskan oksitosin. Ketika jumlahnya meningkat, hormon ini menyebabkan kelenjar di payudara dan saluran ASI berkontraksi, dan menyalurkan ASI melalui puting payudara. Oksitosin hanya membantu melepaskan ASI dari dalam tubuh. Hormon ini tidak bisa memengaruhi jumlah ASI yang diproduksi di dalam tubuh. Sebab, produksi ASI di dalam tubuh dipengaruhi oleh hormon prolaktin.

Pijat oksitosin merupakan salah satu teknik pijat yang banyak dilakukan pascapersalinan dan diketahui memiliki sejumlah manfaat, termasuk membuat tubuh menjadi relaks, menghilangkan stres, mengurangi rasa sakit, membuat tidur menjadi lebih berkualitas, membantu proses menyusui, serta memulihkan keseimbangan hormon pasca persalinan. Teknik pijat ini dapat memberi stimulasi pada puting dan diyakini mampu meningkatkan produksi ASI. Hal ini menjadi salah satu alasan kenapa pijat oksitosin dipercaya bisa membantu dalam proses menyusui. Pada penelitian yang dilakukan oleh Yumni et al (2020) didapatkan bahwa pengetahuan ibu nifas tentang pijat oksitosin pada baik, akan tetapi ibu mempunyai sikap yang negative tentang pijat oksitosin. Oleh karena itu perlu dilakukan pendampingan secara langsung oleh kader agar ibu tidak panik saat mendapatkan masalah menyusui. Melakukan pijat oksitosin adalah suatu perilaku dari 3 komponen yaitu; pengetahuan, sikap dan Tindakan. Seseorang yang mempunyai pengetahuan baik belum tentu mau melakukan Tindakan tersebut. Support dan pendampingan dari orang-orang sekitar ibu juga sangat berkontribusi positif pada perilaku ibu

Praktik pijat dianggap relatif aman. Meski demikian ada beberapa kondisi yang sebaiknya menghindari pijat, antara lain seseorang yang memiliki luka terbuka, memiliki kelainan darah, atau mengonsumsi obat-obatan tertentu. Penting pula memperhatikan seberapa besar tekanan yang diberikan saat pemijatan. Apabila pijatan terlalu kuat dapat menimbulkan rasa nyeri, maka pijatan harus segera hentikan. Dengan dilakukan pijat oksitosin diharapkan rasa nyeri pada payudara seperti pada kasus mastitis tidak sampai terjadi dan ibu bisa menyusui anaknya dengan support yang diberikan oleh kader Kesehatan yang telah mengikuti kegiatan ini.

BAB 5 SIMPULAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dengan kegiatan ini pengetahuan dan keterampilan kader Kesehatan tentang pijat oksitosin meningkat dan kegiatan ini bermanfaat bagi ibu yang sedang melewati masa nifas dan sedang menyusui anaknya.

Saran

Kegiatan secara berkala perlu dilakukan untuk memberikan rasa nyaman dan senang pada ibu yang menyusui terlebih pada ibu muda, serta perlu dilakukan perluasan wilayah kegiatan ini semakin bermanfaat secara luas dan meminimalisir adanya komplikasi yang akan terjadi pada ibu nifas.

DAFTAR PUSTAKA

- American Pregnancy Association (2015). Postpartum Massage
- Morhenn, V., Beavin L. E., & Zak, P. J. NCBI (2012). Massage increases oxytocin and reduces adrenocorticotropin hormone in humans. *Alternative Therapies in Health and Medicine*. 18(6): 11-8.
- Murray, D. Very Well Family (2018). Oxytocin and Breastfeeding.
- Tristant, I., & Nasriyah. (2019). Mastitis (Literature Review). *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 331-332.
- Yumni, F. L, Ma'rifah, U, Alriyani, R. K (2020). Gambaran Pelaksanaan Pijat Oksitosin pada Ibu Menyusui. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, Vol. 5 No. 2, Desember 2020 Url: <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/17473>

Lampiran 1. Biaya Kegiatan

Ringkasan anggaran biaya untuk pelaksanaan kegiatan ini seperti tabel berikut:

No	Item	Satuan	Harga	Jumlah
A. Bahan Habis Pakai dan Peralatan				
1	Kertas A4 80 gram	1 Rim	Rp 55,000.00	Rp 55,000.00
2	Tinta Hitam (Epson)	1 Pcs	Rp 95,000.00	Rp 95,000.00
3	Alat Tulis	1 Pack	Rp 30,000.00	Rp 30,000.00
4	Cetak Leaflet	100 Pcs	Rp 25,000.00	Rp 2,500,000.00
5	Set Protokol kesehatan	1 Pack	Rp 350,000.00	Rp 350,000.00
6	Lain-lain	1 kali	Rp 90,000.00	Rp 90,000.00
Sub Total A				Rp 3,120,000.00
B. Perjalanan				
1	Ketua	1 Orang 4 mgg	Rp 100,000.00	Rp 400,000.00
2	Anggota	2 Orang 4 mgg	Rp 50,000.00	Rp 400,000.00
3	Pembantu Teknis/Lapangan	2 Orang 4 mgg	Rp 35,000.00	Rp 280,000.00
5	Bidan	1 Orang 4 mgg	Rp 100,000.00	Rp 400,000.00
Sub Total B				Rp 1,480,000.00
C. Cendera Mata				
1	Bidan	1 Orang 1 kali	Rp 350,000.00	Rp 350,000.00
2	Kepala Puskesmas	1 Orang 1 kali	Rp 500,000.00	Rp 500,000.00
3	Peserta (Kader)	9 Orang 1 kali	Rp 150,000.00	Rp 1,350,000.00
Sub Total C				Rp 2,200,000.00
D. Honorarium				
1	Ketua	1 Orang 1 kali	Rp 150,000.00	Rp 150,000.00
2	Anggota	2 Orang 1 kali	Rp 100,000.00	Rp 200,000.00
3	Bidan	1 Orang 1 kali	Rp 200,000.00	Rp 200,000.00
3	Pembantu Teknis/Lapangan	2 Orang 1 kali	Rp 75,000.00	Rp 150,000.00
Sub Total D				Rp 700,000.00
E. Konsumsi				
1	Kue & Air Mineral	9 Orang 4 kali	Rp 35,000.00	Rp 1,260,000.00
2	Konsumsi rapat & koordinasi	6 Orang 4 kali	Rp 35,000.00	Rp 840,000.00
4	Konsumsi pelaksanaan kegiatan (Ketua, Anggota Bidan dan Pembantu Teknik)	10 Orang 4 hari	Rp 35,000.00	Rp 1,400,000.00
Sub Total E				Rp 3,500,000.00
Jumlah Total A, B, C, D dan E				Rp 11,000,000.00

Lampiran 2. Biaya Kegiatan

No	Urutan Kegiatan	Koordinasi Kegiatan (bulan)											
		7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6
1.	Koordinasi kegiatan												
2.	Penyusunan proposal												
3.	Kontrak/penugasan												
4.	Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat												
5.	Monitoring dan evaluasi pengabdian kepada masyarakat												
6.	Laporan hasil pengabdian masyarakat												
7.	Penyusunan laporan akhir												
8.	Evaluasi kegiatan												

Lampiran 3. Biodata

BIODATA KETUA

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes
2	Jabatan Fungsional	Lektor
3	Jabatan Struktural	-
4	NIK	-
5	NIDN	0727128204
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Bojonegoro/27-12-1982
7	Alamat Rumah	Jl. Bulak Setro 3/73, RT.002 RW.005, Kel. Bulak, Kec. Bulak Surabaya
8	Nomor Telepon/Faks/HP	081332343531
9	Alamat Kantor	Jl. Sutorejo no 59
10	Nomor Telepon/Faks	-
11	Alamat e-mail	umiumsurbaya@gmail.com
12	Mata Kuliah yang Diampu	1. Komunikasi Efektif Dalam Praktik Kebidanan 2. Asuhan kebidanan Persalinan dan BBL 3. Asuhan Kebidanan pada Nifas 4. Asuhan Kebidanan Kehamilan

B. Riwayat Pendidikan

Jenjang Pendidikan	Nama Perguruan Tinggi	Bidang Ilmu	Tahun lulus
D3	Poltekkes Surabaya	Kebidanan	2004
D4/S1	Stikes Insan Unggul Surabaya	Kebidanan	2006
S2	Universitas Sebelas Maret	Pendidikan Profesi Kesehatan	2010

C. Pelatihan atau workshop yang diikuti dalam 3 tahun terakhir

Jenis Kegiatan	Tempat	Waktu	Sebagai	
			Penyaji	Peserta
Workshop Early Warning Score & Code Blue System “Aktivasi Sistem Emergency & Penatalaksanaan Code Blue di Rumah Sakit Sesuai Standar Akreditasi SNARS Edisi I”	Surabaya	23 Februari 2019		√
Pelatihan Basic Clinical Hypnosis & Hypno-Birthing	Hotel Haris Surabaya	22-24 Maret 2019		√
Seminar “Bidan Melindungi Hak Kesehatan Reproduksi Melalui Pemberdayaan Perempuan dan Optimalisasi Pelayanan Kebidanan (Midwives : Defenders of Women’s Rights)	Surabaya	25 Agustus 2019		√
Seminar Nasional” Strategi Komunikasi Interpersonal Dalam Peningkatan Asuhan Kebidanan di Era Industri 4.0”	Hotel Garden Palace Surabaya	19 Oktober 2019		√
Rapat Kerja Nasional Asosiasi Institusi Pendidikan Kebidanan Muhammadiyah ‘Asiyah (AIPKEMA) dengan Tema “Isu Bidan Sebagai Profesi”	Hotel Golden Palace Mataram	3-5 Maret 2020		√
Seminar Online Pengabdian Masyarakat “Pemberdayaan Masyarakat di Perguruan Tinggi di Era Covid-19”	Daring	5 Mei 2020		√
Webinar “Peran Bidan dalam Mendorong Penggunaan ASI di Masa Pandemi Covid-19”	Daring	15 Mei 2020		√
Webinar Series HOGSI Malang dengan Topik “Pelayanan Kesehatan Maternal di Era Pandemi Covid-19”	HOGSI Malang	02-16 Mei 2020		√
Rangkaian Webinar Series “Ketahanan Kesehatan Maternal di Era Pandemi Covid-19”	Daring	05-19 Juni 2020		√
Webinar Kebidanan Dengan Tema” Be a Successful Midwifpreneur in the New Normal Era”	UMSurabaya	04 Oktober 2020	√	
Webinar Nasional “Tantangan Bidan dalam Pelayanan Kebidanan di Masa Pandemi Covid-19 ditinjau dari Segi Hukum Kesehatan di Indonesia”	Daring	20 Februari 2021		√
Workshop Online Klinik Akreditasi LAM-PTKes 2021	LAM-PTKes	15-16 Maret 2021		√
Workshop Online Klinik Aakreditasi LAM-PTKes 2021	Daring	23 Maret 2021		√
Rapat Kerja Nasional AIPKEMA “Mempertahankan Kualitas Pendidikan Bidan di Masa Pandemi Covid-19”	Daring	6 – 7 April 2021		√
Webinar “Komitmen Bersama Mencegah Kematian Maternal”	Daring	17 April 2021		√
Tadarus Ramadhan “Towards Academic Excellence” Seri I	Daring	23 April 2021		√
Webinar “Dinamika Etika Profesi di Era Digital”	Daring	24 April 2021		√
Webinar nasional “Strategi Perguruan Tinggi Menghadapi Kuliah Tatap Muka Terbatas”	Daring	27 April 2021		√
Webinar “Stunting, Pola Pengasuhan Bidan, Nutrisi & Stimulasi pada Saat Pandemi”	Daring	10 Juli 2021		√

Webinar “Peran Organisasi IBI dalam Optimalisasi Pelayanan KIA”	Daring	11 Juli 2021		√
Bimtek Penguatan SPMI dan SPME dalam rangka Akreditasi Prodi IAPS 4.0	Daring	13 – 15 Juli 2021		√

D. Pengalaman Penelitian Dalam 3 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp)
1.	2016	Efektifitas pijat bayi teknik kunci dan senam bayi terhadap peningkatan nafsu makan bayi usia 6-12 bulan di Puskesmas Kenjeran Surabaya	Mandiri	-
2.	2017	Efektifitas Pijat Perineum Dalam Mencegah Terjadinya Laserasi Perineum dan Epsiotomi Pada Persalinan Normal di PMB Sri Wahyuni Surabaya	Mandiri	-
3.	2017	Hubungan Antara Lama Menyusu dan Status Imunisasi dengan Kejadian Sakit dalam Satu Tahun Terakhir Pada Anak Usia 0-59 Bulan	Mandiri	-
4.	2018-2019	Pengaruh pelaksanaan massase ibu nifas terhadap kecemasan pada ibu nifas di RS Haji	Hibah Internal Universitas	Rp. 5.900.000
5.	2019-2020	Praktik pemberian ASI Eksklusif Pekerja Wanita di UMSurabaya	Hibah Internal Universitas	Rp. 5.000.000
6.	2020-2021	Gambaran pelaksanaan pijat oksitosin pada ibu menyusui	Hibah Internal Universitas	Rp. 7.000.000
7.	2021-2022	Hypnotherapy untuk mengurangi nyeri kala I	Hibah Internal Universitas	Rp. 6.700.000
8.	2021	Volunteer Program skrining dan Percepatan Vaksinasi Covid-19 pada Ibu Hamil di Surabaya	Hibah eksternal	Rp. 50.000.000

E. Pengalaman Pengabdian dalam 3 tahun terakhir

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp)
1.	2019	Pemberdayaan keluarga dengan massage untuk mengatasi masalah psikologi pada ibu nifas di PMB Atmi Marmiati, S.Keb., Bd Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000
2.	2019-2020	Pendampingan pemberian Asi eksklusif pada ibu bekerja di PMB Siti	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000

		Nurul Aini, Amd. Keb Surabaya		
3.	2020-2021	Pelatihan pijat oksitosin pada kader untuk mencegah mastitis Posyandu Flamboyan PKM Jagir Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 11.000.000
4.	2021-2022	Pendampingan pada ibu bersalin dengan Hypnoterapy untuk mengurangi nyeri persalinan kala 1 di RS PKU Muhammadiyah Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000
5.	2021	Pendampingan pada ibu bersalin dengan Hypnoterapy di RS Pku Muhammadiyah	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000

F. Publikasi Ilmiah dan HaKI dalam 3 tahun terakhir

No.	Nama Dosen/Mahasiswa/ Program Studi	Karya	
		HKI, Teknologi tepat guna, dan Model/desain/rekayasa	Karya yang Mendapat Pengakuan/Penghargaan dari Lembaga Nasional/Internasional
1	Umi Ma'rifah, Fulatul Anifah, Nova Elok. M, Irma Maya .P/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	No. HKI : 000353119	Program Komputer : Aplikasi V-MIL (Vaksinasi pada Ibu Hamil)
2	Umi Ma'rifah, Rachmawati Ika, Asta Adyani, Nova Elok M, Awwalul Wiladatil Q/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	Rena Cipta Mandiri ISBN: 978-623-5431-24-6	Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan BBL
3.	Umi Ma'rifah/ Nadia Zain, Nasab Aviva/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	No HKI : 000266306	Video Komunikasi Efektif Dalam Praktik Kebidanan Tentang Teknik Komunikasi Efektif Pada Ibu Dengan Mastitis
4.	Umi Ma'rifah/ Siti Aisyah, Syilvia Nabilla Isonin/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	No HKI : 000266305	Video Komunikasi Efektif Dalam Praktik Kebidanan Tentang Psikologis Ibu Nifas, Dan Laktasi.
5.	Umi Ma'rifah/ Syuhrotut Taufiqoh/ Awwalul Wiladatil Q./ Qur'ana Aprilia Djunaidi/ Putri Setia Wulandari/ Siti Aisyah / S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	No HKI : 000358378	Video Edukasi: YukCegah Stunting dengan Perbaikan PPS (Pola Gizi, Pola Asuh, dan Sanitasi)
6.	Umi Ma'rifah/ Syuhrotut Taufiqoh/ Awwalul Wiladatil Q./ Qur'ana Aprilia	No HKI : 000364051	Booklet Stunting : Cegah Stunting dengan Perbaikan PPS (Pola Gizi, Pola Asuh, dan Sanitasi)

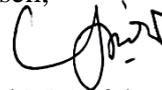
	Djunaidi/ Putri Setia Wulandari/ Siti Aisyah / S1 Kebidanan dan Profesi Bidan		
7.	Umi Ma'rifah/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	Universitas Muhammadiyah Surabaya: Publishing ISBN: 978-623-6498-56-9	Buku Catatan Pengabdian
8.	Umi Ma'rifah, Rachmawati Ika, Asta Adyani, Nova Elok M, Awwalul Wiladatil Q/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	Rena Cipta Mandiri ISBN: 978-623-5431-24-6	Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan BBL
9.	Umi Ma'rifah, A'im Matun N, Syuhrotut Taufiqoh, Irma Maya P/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	Rena Cipta Mandiri ISBN: 978-623-5431-20-8	Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima resikonya.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan usulan dosen pemula.

Surabaya, 20 Januari 2021

Dosen,

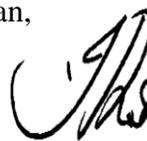


Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes

Lampiran 4. Rekapilasi kehadiran Peserta (Kader)

No	Nama	Usia	Tanggal Pelaksanaan			
			30-11-2020	06-12-2020	27-12-2020	24-01-2021
1.	Ibu Hasanah	42 tahun	Hadir	Hadir	Hadir	Hadir
2.	Ibu Tutik	27 tahun	Hadir	Hadir	Hadir	Hadir
3.	Ibu Dewi	30 tahun	Hadir	Hadir	Hadir	Hadir
4.	Ibu Yayuk	35 tahun	Hadir	Hadir	Hadir	Hadir
5.	Ibu Marniyah	28 tahun	Hadir	Hadir	Hadir	Hadir
6.	Ibu Sundari	27 tahun	Hadir	Hadir	Hadir	Hadir
7.	Ibu Lina	30 tahun	Hadir	Hadir	Hadir	Hadir
8.	Ibu Jamiatun	32 tahun	Hadir	Hadir	Hadir	Hadir
9.	Ibu Santi	28 tahun	Hadir	Hadir	Hadir	Hadir

Surabaya, November-Februari 2021
Penanggung Jawab
Bidan,



(Lailatul Lutfiyah, Amd. Keb)



PIJAT OKSITOSIN

Pijat Oksitosin : Pemijatan tulang belakang mulai dari nervus 5-6 sampai scapula yang dilakukan untuk menstimulasi produksi ASI.

MANFAAT

- ✓ Mempercepat penyembuhan luka bekas implantasi plasenta
- ✓ Mencegah terjadinya perdarahan post-partum
- ✓ Dapat mempercepat terjadinya proses involusi uterus
- ✓ Meningkatkan produksi ASI
- ✓ Meningkatkan rasa nyaman pada ibu menyusui
- ✓ Meningkatkan hubungan psikologis antar ibu dan keluarga.

Efektif :
1-2 Hari Post Partum

Waktu :
Kapan saja, boleh tiap hari

Durasi :
± 15 menit



LANGKAH-LANGKAH:

- Beritahu ibu tentang tindakan yang akan dilakukan
- Menyiapkan peralatan dan ibu dianjurkan membuka pakaian atas dan memasang handuk.
- Mengatur posisi ibu
- Melumuri kedua telapak tangan dengan minyak atau baby oil.
- Pijat sepanjang kedua sisi tulang belakang menggunakan dua kepalan tangan, dengan ibu jari menunjuk kedepan
- Menekan kuat-kuat kedua sisi tulang belakang membentuk gerakan melingkar kecil-kecil dengan kedua ibu jari
- Memijat kedua sisi tulang belakang kearah bawah dari leher kearah tulang belikat.
- Ulangi pemijataan hingga 3 kali
- Membersihkan punggung ibu dengan waslap air hangat dan dingin secara bergantian





SURAT TUGAS
Nomor: 523/TGS/II.3.AU/LPPM/F/2020

Assalaamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Dr. Dra. Sujinah, M.Pd
Jabatan : Kepala LPPM
Unit Kerja : LPPM Universitas Muhammadiyah Surabaya

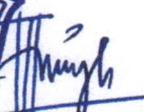
Dengan ini menugaskan:

No	Nama	NIDN/NIM	Jabatan
1.	Umi Ma'rifah	0727128204	Dosen
2.	Fulatul Anifah, S.ST., M.Kes	0729118905	Dosen
3.	Lailatul Luthfiah, A.Md.Keb	-	Bidan
4.	Ayu Fatmawati	20181664005	Mahasiswa
5.	Indah Mawar Sari	20181664006	Mahasiswa
6.	Maghfirotul Anisa Fitri	20181664018	Mahasiswa
7.	Shellya Dwi Fanyya	20181664019	Mahasiswa

Untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat (PkM) dengan judul "Pelatihan Pijat Oksitosin Pada Kader untuk Mencegah Mastitis di Posyandu Flamboyan PKM Jagir Surabaya". Pengabdian ini dilaksanakan mulai bulan November 2020 sampai dengan Januari 2021.

Demikian surat tugas ini, harap menjadikan periksa dan dapat dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.

Wassalaamu'alaikum Wr. Wb

Surabaya, 16 November 2020
Kepala LPPM UMSurabaya,

Dr. Dra. Sujinah, M.Pd
NIDN. 0730016501





SURAT PERJANJIAN PENUGASAN
DALAM RANGKA PELAKSANAAN PROGRAM PENGABDIAN
TAHUN ANGGARAN 2020
Nomor: 013/SP/IL3.AU/LPPM/F/2020

Pada hari ini Selasa tanggal Dua Puluh Lima Bulan Agustus Tahun Dua Ribu Dua Puluh, kami yang bertandatangan dibawah ini :

1. **Dr. Dra. Sujinah, M.Pd** : **Ketua LPPM Universitas Muhammadiyah Surabaya**, bertindak atas nama Rektor **Universitas Muhammadiyah Surabaya** yang selanjutnya dalam Surat Perjanjian ini disebut sebagai **PIHAK PERTAMA**;
2. **Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes** : Dosen Universitas Muhammadiyah Surabaya, dalam hal ini bertindak sebagai pengusul dan Ketua Pelaksana Pengabdianan Tahun Anggaran 2020 untuk selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA**.

PIHAK PERTAMA dan **PIHAK KEDUA**, secara bersama-sama bersepakat mengikatkan diri dalam suatu Perjanjian Pelaksanaan Penugasan Hibah Pengabdian Internal tahun 2020 dengan ketentuan dan syarat-syarat sebagaimana diatur dalam pasal-pasal sebagai berikut:

Pasal 1

Kontrak pengabdian ini berdasarkan kepada:

1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi
2. Rencana Strategi pengabdian Universitas Muhammadiyah Surabaya
3. Panduan Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat dengan Pendaan Internal Universitas Muhammadiyah Surabaya
4. Visi Misi LPPM Universitas Muhammadiyah Surabaya
5. Surat Perjanjian kontrak antara Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Muhammadiyah Surabaya dengan dosen pelaksana



Pasal 2

- (1) **PIHAK PERTAMA** memberi tugas kepada **PIHAK KEDUA**, dan **PIHAK KEDUA** menerima tugas tersebut untuk melaksanakan Hibah Pengabdian Perguruan Tinggi tahun 2020 dengan judul **PELATIHAN PIJAT OKSITOSIN PADA KADER UNTUK MENCEGAH MASTITIS DI POSYANDU FLAMBOYAN PKM JAGIR SURABAYA**.
- (2) **PIHAK KEDUA** bertanggungjawab penuh atas pelaksanaan Administrasi dan keuangan atas pekerjaan sebagaimana dimaksud pada ayat 1 dan berkewajiban menyerahkan semua bukti-bukti pengeluaran serta dokumen pelaksanaan lainnya dalam bendel laporan yang tersusun secara sistematis kepada **PIHAK PERTAMA**.
- (3) Pelaksanaan Penugasan Hibah Pengabdian Internal tahun 2020 sebagaimana dimaksud judul pengabdian di atas didanai oleh Universitas Muhammadiyah Surabaya tanggal 25 Agustus 2020.

Pasal 3

- (1) **PIHAK PERTAMA** menyalurkan dana untuk kegiatan pengabdian sebagaimana dimaksud pada pasal 1 sebesar Rp. 11.000.000 (Sebelas Juta Rupiah). Dana pelaksanaan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dibayarkan oleh **PIHAK PERTAMA** kepada **PIHAK KEDUA**.
- (2) Pihak Kedua wajib menyimpan hardcopy laporan hasil pelaksanaan pengabdian dengan pendanaan internal dan laporan penggunaan dana.

Pasal 4

Dana Hibah sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 ayat 1 dibayarkan kepada **PIHAK KEDUA** secara tunai.

Pasal 5

- (1) **PIHAK KEDUA** berkewajiban menindaklanjuti dan mengupayakan hasil Program Hibah Pengabdian berupa hak kekayaan intelektual dan atau publikasi ilmiah sesuai dengan luaran yang dijanjikan pada Proposal.



- (2) Perolehan hasil sebagaimana di maksud pada ayat (1) dimanfaatkan sebesar-besarnya untuk pelaksanaan peningkatan kualitas kinerja di kedua belah pihak dan masyarakat pada umumnya.
- (3) Perolehan hasil pengabdian sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dan semua dokumen yang dimaksud pada ayat (2) dilaporkan selambat-lambatnya dua minggu setelah kegiatan pengabdian selesai dilaksanakan, hard copy diserahkan kepada **PIHAK PERTAMA**.

Pasal 6

- (1) Apabila **PIHAK KEDUA** selaku penerima dana pengabdian sebagaimana dimaksud pada Pasal 1 tidak dapat melaksanakan pengabdian, maka **PIHAK KEDUA** wajib mengembalikan dana tersebut kepada **PIHAK PERTAMA**.
- (2) **PIHAK PERTAMA** melakukan Monitoring dan Evaluasi internal terhadap kemajuan pelaksanaan Program Hibah Pengabdian Internal tahun 2020.

Pasal 7

- (1) **PARA PIHAK** dibebaskan dari tanggung jawab atas keterlambatan atau kegagalan dalam memenuhi kewajiban yang dimaksud dalam kontrak pengabdian yang disebabkan atau diakibatkan oleh peristiwa atau kejadian di luar kekuasaan **PARA PIHAK** yang dapat digolongkan sebagai keadaan memaksa (*force majeure*).
- (2) Peristiwa atau kejadian yang dapat digolongkan sebagai keadaan memaksa (*force majeure*) dalam kontrak penelitiaini adalah bencana alam, wabah penyakit, kebakaran, perang, blokade, peledakan, sabotase, revolusi, pemberontakan, huru hara, serta adanya tindakan pemerintah dalam bidang
- (3) Ekonomi dan moneter yang secara nyata berpengaruh terhadap pelaksanaan kontrak pengabdian.
- (4) Apabila terjadi keadaan memaksa (*force majeure*) maka pihak yang mengalami wajib memberitahukan kepada pihak lainnya secara tertulis, selambat-lambatnya dalam waktu 7 (tujuh) hari kerja sejak terjadinya keadaan memaksa (*force majeure*), disertai



bukti-bukti yang sah dari pihak berwajib, dan PARA PIHAK dengan i'tikad baik akan segera membicarakan penyelesaiannya.

Pasal 8

- (1) Hak atas kekayaan intelektual yang dihasilkan dari pelaksanaan Program Hibah Pengabdian diatur dan dikelola sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.
- (2) Setiap publikasi, makalah, dan/atau ekspos dalam bentuk apapun yang berkaitan dengan hasil pengabdian ini **WAJIB** mencantumkan pihak pemberi dana.

Pasal 9

- (1) Apabila terjadi perselisihan antara **PIHAK PERTAMA** dan **PIHAK KEDUA** dalam pelaksanaan perjanjian ini akan dilakukan penyelesaian secara musyawarah dan mufakat.
- (2) Hal-hal yang belum diatur dalam perjanjian ini, maka dilakukan amandemen kontrak pengabdian.

Pasal 10

Kontrak Pelaksanaan Program Hibah pengabdian ini dibuat rangkap 2 (dua) dan bermaterai cukup sesuai dengan ketentuan yang berlaku.



Dr. Dra. Sujinah, M.Pd
NIDN. 0730016501

PIHAK KEDUA



Umii Ma'rifah, S.ST., M.Kes
NIDN. 0727128204



KUITANSI

Sudah terima dari : Bendahara LPPM
Uang sebesar : Sebelas Juta Rupiah (dengan huruf)
Untuk pembayaran : Pelaksanaan pengabdian dengan pendanaan Internal

Rp. 11.000.000,00

Surabaya, 25 Agustus 2020



Bendahara LPPM,
Universitas Muhammadiyah Surabaya


Hoty Ichda Wahyuni

Ketua Pengabdian



Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes