

## PEMBERDAYAAN KELOMPOK MITRA DESA DALAM PELAKSANAAN TONTHOLO UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN KADER DAN MENINGKATKAN PRODUKSI ASI DAN MEMPERCEPAT INVOLUSI PADA IBU NIFAS

Juli Gladis Claudia<sup>1</sup>, Yollanda Dwi Santi<sup>2</sup>, Melisawati L. Amu<sup>3</sup>, Vyani Kamba<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Politeknik Kesehatan Gorontalo, Kebidanan, Indonesia

[juliclaudia@poltekkesgorontalo.ac.id](mailto:juliclaudia@poltekkesgorontalo.ac.id)<sup>1</sup>, [yohandaeki411@gmail.com](mailto:yohandaeki411@gmail.com)<sup>2</sup>, [icha\\_amu@yahoo.com](mailto:icha_amu@yahoo.com)<sup>3</sup>,

[vyani.kamba70@gmail.com](mailto:vyani.kamba70@gmail.com)<sup>4</sup>

---

---

### ABSTRAK

**Abstrak:** Kelurahan Lekobalo merupakan salah satu daerah yang mempunyai masalah jumlah stunting yang masih tinggi dan cakupan ASI eksklusif rendah. Kurangnya pengetahuan kader tentang tontholo berdampak pada ibu nifas yang tidak menyusui bayinya karena asi kurang. Tujuan pengabdian masyarakat yaitu meningkatkan pengetahuan kader tentang tontholo dengan pemberian pelatihan dan meningkatkan produksi ASI serta mempercepat involusi uterus pada ibu nifas. Metode pengabdian masyarakat yaitu membuat kelompok kader, kemudian melatih mereka tentang tontholo yang bisa mempercepat proses involusi dan meningkatkan produksi ASI, membagikan buku tontholo sebagai panduan, mendampingi kader saat pelaksanaan tontholo kepada ibu post partum, mengevaluasi hasil pelaksanaan tontholo menggunakan lembar ceklis yang telah disusun dengan mengobservasi tindakan kader apakah sesuai dengan materi pelatihan. Mitra pada pengabdian ini yaitu kader sebanyak 10 orang dengan sasarannya ibu nifas yang berjumlah 30 orang. Hasil pengabdian masyarakat didapatkan bahwa pengetahuan Kader sebelum dan sesudah pelatihan meningkat dari 62% menjadi 69,30%. Dari 30 ibu nifas setelah dilakukan tontholo dan diobservasi hari 1 dan ke 2, didapatkan 23 orang (75%) ibu nifas mengatakan asinya keluar banyak setelah dilakukan tontholo, dan 29 orang (96%) setelah diperiksa TFU tidak teraba lagi.

**Kata Kunci:** Pemberdayaan Mitra Desa; Produksi ASI; Tontholo.

**Abstract:** Lekobalo is one of the areas that has the problem of a high number of stunts and low exclusive milk coverage. The lack of knowledge of the curriculum affects mothers who do not breast-feed their babies because they are less likely. The aim of community service is to increase cadres' knowledge about tontholo by providing training, increasing breast milk production, and accelerating uterine involution in postpartum mothers. The community service method is to create a group of cadres, then train them about tontholo, which can speed up the involution process and increase breast milk production; distribute tontholo books as a guide; accompany cadres during the implementation of tontholo to postpartum mothers; and evaluate the results of the implementation of tontholo using a checklist that has been prepared by observing cadre actions to determine whether they are in accordance with the training material. The partners in this community service are a cadre of 10 people, with the target being 30 postpartum mothers. The results of the public dedication obtained show that the knowledge of Kader before and after training increased from 62% to 69.30%. Of 30 mothers who breathed after doing tontolo and observed on days 1 and 2, 23 people (75%) said that the mother was out a lot after having done tontolo, and 29 people (96%) after examining the TFU were no longer in sight.

**Keywords:** Empowerment of Village Partners; Milk Production; Tontolo.



#### Article History:

Received: 06-11-2023

Revised : 15-12-2023

Accepted: 19-12-2023

Online : 01-02-2024



This is an open access article under the  
CC-BY-SA license

## A. LATAR BELAKANG

Periode yang paling penting setelah melahirkan adalah periode masa nifas dimana ibu memerlukan perhatian dan rasa nyaman untuk proses involusi baik secara fisik maupun psikis (Pattinasarany et al., 2020). Ketidaksiapan ibu secara fisik, psikis, mental maupun spiritual dalam menghadapi masa ini akan membuat masa nifas berjalan tidak normal, keadaan patologis bahkan sampai kematian. Parameter kesuksesan masa nifas adalah proses involusi dan laktasi berjalan dengan baik. Banyak hal yang menjadi factor resiko terjadinya kegagalan involusi dan laktasi. Factor tersebut antara lain mobilisasi, nutrisi, laktasi, faktor lingkungan, budaya dan keluarga (Aizar, 2018). Beberapa cara dapat dilakukan agar proses tersebut berjalan dengan baik antara lain senam nifas, pijat oksitosin, dan *postnatal massage* (Elisa et al., 2018).

Tontholo merupakan ritual kepercayaan masyarakat Gorontalo yang dilakukan Hulango (dukun beranak) pada ibu postpartum mulai dari memandikan dengan air hangat campuran rempah, daunpisang kering dan daun jarak (*balacai*) yang digosokkan ke tubuh ibu, yaitu untuk mengembalikan tenaga atau urat yang sempat terbuka saat persalinan dan untuk mengembalikan stamina ibu setelah melahirkan kemudian dilanjutkan dengan molapo yaitu ibu duduk di polutube tempat bara api dengan membakarkulit langsung, selanjutnya ibu dan bayi di pijat pada bayi supaya tidak Duito (kaget) dan bagi ibu diurut seluruh badan sampai payudara dan ditutup dengan memberikan makanan khas gorontalo (omu) yaitu berupa kuah asam jantung pisang danikan roa agar ibu cepat pulih. Hal ini dilakukan pada ibu setelah melahirkan dan pulang ke rumah (Handayani, Lestari, 2014).

Kurangnya pengetahuan dan kesadaran ibu nifas di daerah Kota Gorontalo khususnya kader Kesehatan tentang pentingnya melestarikan kembali budaya tontholo yang merupakan kearifan local daerah Gorontalo yang sangat bermanfaat bagi ibu nifas untuk mempercepat proses involusi yaitu proses kembalinya alat-alat reproduksi ke keadaan seperti sebelum hamil sehingga ibu cepat sehat, produksi asi banyak sehingga bayi bisa mencapai asi eksklusif. Pembentukan kader pendamping ASI mampu meningkatkan capaian pemberian ASI eksklusif (Yuliana et al., 2021).

Hasil Penelitian sebelumnya yang penulis lakukan di daerah kabupaten bone bolango tahun 2021 tentang pelaksanaan tondholo apakah mempengaruhi proses involusi dan produksi asi, dibandingkan antara kelompok control dan kelompok intervensi didapatkan bahwa hasil penelitian dari kedua kelompok, nilai p-value sama-sama lebih kecil dari 0,05 yang artinya kedua kelompok ada pengaruh terhadap proses involusi dan laktasi masa nifas. Dengan hasil penelitian ini penulis ingin melestarikan kembali kearifan local provinsi Gorontalo khususnya budaya Tontholo yang sangat membantu ibu nifas dalam mempercepat proses involusi (Claudia et al., 2021). Penelitian yang mirip dengan tontholo pada ibu nifas juga dilakukan seperti terapi bom

massage dengan pijatan pada tulang belakang juga mendapatkan hasil bahwa mempercepat involusi uterus (Mega Dinasti Indria, 2022). Penelitian dengan massage uterus juga mendapatkan hasil bahwa ibu nifas mengalami percepatan involusi dengan penurunan tinggi fundus uteri (Restianti et al., 2015). Dalam penelitian lainnya disampaikan bahwa selain karena faktor kebiasaan, pemilihan perawatan tradisional oleh masyarakat juga didasarkan pada harga yang relatif murah, mudah diperoleh, sederhana, dan efek samping yang ditimbulkan lebih kecil karena tidak menggunakan bahan-bahan kimia (Marwati & Amidi, 2019).

Tim pengabmas tertarik melaksanakan kegiatan pengabmas sebagai upaya pencegahan stunting di kelurahan Lekobalo selain lokus stunting, dilihat dari segi geografis merupakan daerah pegunungan dan dekat danau sehingga sulitnya ibu nifas datang ke Faskes terdekat. Tujuannya pertama kami akan membuat kelompok kader dan kemudian melatih mereka tentang tontholo yang bisa mempercepat proses involusi dan produksi ASI, membagikan buku tontholo sebagai panduan, mendampingi kader dan dukun terlatih pada saat pelaksanaan tontholo ke ibu nifas, mengevaluasi hasil pelaksanaan tontholo. Solusi permasalahan yang kami ambil yaitu melibatkan aparat desa, puskesmas untuk membantu pelaksanaan tontholo, mengukur pemahaman kader kesehatan melalui pre dan posttest tentang pentingnya tontholo untuk ibu postpartum, melaksanakan pelatihan kemudian monitoring dan mengevaluasi secara langsung setiap kegiatan.

Metode pelaksanaan dalam tahap persiapan identifikasi masalah di desa mitra, pelaksanaan berkoordinasi dengan aparat desa dalam hal kegiatan pembukaan pengabmas, pelatihan sampai dengan evaluasi kemudian penutupan. Kegiatan pengabmas melatih kader di kelurahan Lekobalo berjumlah 10 orang tentang tontholo yang sudah mulai hilang di Gorontalo bisa membantu bidan di desa dan bisa menggerakkan masyarakat secara langsung khususnya ibu-ibu nifas yang ada di wilayah kerja puskesmas Pilolodaa untuk melaksanakan Tontholo pada hari ke lima melahirkan atau setelah ibu pulang dari rumah sakit yang bertujuan mempercepat proses involusi TFU sesuai hari post partum dan produksi asi banyak sehingga bayi cukup asi, sehat dan ibu cepat pulih. Dengan melihat data di atas tim tertarik melaksanakan pengabmas di kelurahan Lekobalo dengan peningkatan pengetahuan kader tentang tontholo dengan pemberian pelatihan tontholo sehingga kader mampu memberikan tontholo kepada ibu nifas sehingga produksi ASI meningkat dan mempercepat involusi uterus pada ibu nifas.

## **B. METODE PELAKSANAAN**

### **1. Tahapan Persiapan**

Dalam tahap persiapan ini TIM Pengabmas sudah melakukan koordinasi dengan Pemerintah Kelurahan Lekobalo, Kecamatan Kota Barat, Kepala Puskesmas Pilolodaa serta Bidan Koordinator terkait pemberian izin, tempat, waktu dan teknis pelaksanaan kegiatan dan Berkoordinasi dengan Kader kesehatan Kelurahan Lekobalo.

### **2. Tahapan Pelaksanaan**

#### **a. Pertemuan I**

- 1) Berkoordinasi dengan pihak desa, dan puskesmas pilolodaa terkait pembukaan pengabdian masyarakat dan undangan pelaksanaan pengabmas yang akan dilaksanakan di kantor desa lekobalo. Berkoordinasi dengan aparat desa Lekobalo dalam mempersiapkan ruangan untuk pelaksanaan pelatihan dan sosialisasi tontholo bagi kader kesehatan
- 2) Pembukaan, melakukan pretest pada peserta, memberikan informasi dan sosialisasi kepadapeserta (dilakukan oleh dosen dan mahasiswa), mendemonstrasikan tahapan tontholo oleh dosen dan mahasiswa, melatih kader kesehatan tentang tahapan pelaksanaan tontholo.
- 3) Kader Kesehatan mengikuti gerakan tahapan tondolo dan mempraktekkan secara mandiri. Kemudian mendampingi kader turun ke rumah ibu nifas sesuai jadwal.

#### **b. Pertemuan II dan III**

- 1) Berkoordinasi dengan pihak puskesmas dan bidan koordinator untuk kegiatan tontholo di wilayah kerja puskesmas pilolodaa terkait dataibu postpartum
- 2) Mendampingi kader kesehatan mempraktekkan secara mandiri tahapan tontholo pada ibu postpartum
- 3) Mendampingi kader kesehatan evaluasi sesuai panduan tahapan tontholo
- 4) Mendokumentasikan dan mengambil daftar hadir semua kegiatan kader Kesehatan di wilayah kerja puskesmas puskesmas pilolodaa
- 5) Mengevaluasi secara langsung pelaksanaan tontholo pada ibu nifas apakah proses involusi TFU sesuai hari postpartum dan produksi asi banyak.

## c. Pertemuan IV

- 1) Melakukan monitoring dan evaluasi pada kader Kesehatan
- 2) Mengevaluasi secara langsung pelaksanaan tontholo pada ibu nifas apakah proses infolusi TFU sesuai hari postpartum dan produksi asi banyak.
- 3) Melakukan post test pada kader Kesehatan (petanyaanya sama denganpre test).
- 4) Berkoordinasi dengan pihak kelurahan dan puskesmas pilolodaa terkaitpenutupan kegiatan pengabmas.

## d. Penutupan

Melapor kepada Lurah dan kepala puskesmas, mitra terkait pihak tentang hasil kegiatan pelaksanaan tontholo untuk mempercepat proses involusi di kelurahan Lekobalo wilayah kerja puskesmas Pilolodaa. Mitra yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah kader kesehatan kelurahan Lekobalo yang berjumlah 10 orang. Tiap-tiap kader akan melaksanakan tontholo kepada tiga orang ibu nifas sampai kader mampu secara mahir dalam melaksanakan tontholo. Langkah-langkah Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Pelaksanaan Kegiatan PkM pada bulan Mei - September 2023.

No	Tanggal	Kegiatan
1	2 Mei 2023	Berkoordinasi dengan Lurah Pilolodaa Kecamatan Kota Barat terkait pelaksanaan kegiatan Pengabmas
2	10 Mei 2023	Berkoordinasi dengan Kepala Puskesmas terkait tempat kegiatan pengabmas dalam hal ini adalah Kepala Puskesmas Pilolodaa
3	19 Mei 2023	Pembukaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat
4	19 Mei 2023	Pengisian kuesioner kepada kader sebelum dan setelah menerima materi. Pemberian Materi kepada Kader tentang tontholo : Juli Gladis Claudia, S.ST., M.Kes Pemberian Materi kepada Kader tentang ASI oleh tim Pengabmas yaitu Yollanda D.S.V, S.ST., M.Keb
5	20 Juni – 19 Juli	Kader bersama tim pengabmas melakukan kunjungan ke ibu nifas untuk melaksanakan tontholo
6	14 Juni 2023	Pelaksanaan tontholo Kader bersama tim pengabmas melakukan kunjungan ke ibu nifas untuk melaksanakan tontholo
7	11 Juli 2023	Pelaksanaan tontholo Kader bersama tim pengabmas melakukan kunjungan ke ibu nifas untuk melaksanakan tontholo

8	26 Juli 2023	Pelaksanaan tontholo Kader bersama tim pengabmas melakukan kunjungan ke ibu nifas untuk melaksanakan tontholo
9	1 Agustus 2023	Evaluasi Kegiatan oleh Tim Pengabmas 1. Capaian keikutsertaan kader dalam pelaksanaan tontholo 2. Capaian produksi asi dan proses involusi ibu nifas yang sudah dilakukan tontholo
9	12 September 2023	Penutupan

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan oleh tim pengabdian didapatkan hasil sebagai berikut:

#### 1. Pembukaan Kegiatan dan Pelatihan kader tentang Tontholo

Setelah dilakukan koordinasi dengan Lurah Pilolodaa Kecamatan Kota Barat dan Kepala Puskesmas, dilakukan pembukaan kegiatan pengabdian masyarakat secara resmi. Kemudian dilakukan pretest dan posttest sebelum dan sesudah diberikan pelatihan tentang tontholo. Pembukaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dihadiri oleh kader, tim pengabmas, kepala Puskesmas dan Lurah Lekobalo beserta jajarannya. Sebelum dan sesudah memberikan pelatihan kepada kader tentang tontholo, kader akan melaksanakan pretest dan post test untuk mengukur pengetahuan kader. Sesuai dengan Gambar 1.



**Gambar 1.** Kader-Kader Melaksanakan Pretest dan Pemberian Pelatihan Tontholo

Pelaksanaan pretest dilakukan pada kader sebelum diberikan pelatihan tontholo sesuai Gambar 1. Kader akan diberikan kuesioner untuk mengukur pengetahuan kader tentang tontholo. Setelah diberikan pelatihan tontholo oleh tim pengabdian masyarakat, kader akan melakukan post test untuk menilai pengetahuan kader apakah mengalami peningkatan setelah diberikan pelatihan. Pada saat diberikan pelatihan, kader sangat antusias memperhatikan materi yang diberikan oleh pengabmas. Materi-materi yang diberikan antara lain pengertian tontholo, langkah-langkah dalam tontholo, fisiologis ASI, proses produksi ASI, pengeluaran ASI, proses involusi dan faktor-faktor yang mempengaruhi involusi. Setelah materi diberikan, masuk

kepada sesi Tanya jawab antara kader dengan tim pengabmas. Kader sangat senang bahwa tradisi Gorontalo ternyata bermanfaat untuk ibu nifas dan juga dilestarikan.

## 2. Melakukan Kunjungan Rumah Ibu Nifas untuk Melaksanakan Tontholo



**Gambar 2.** Pelaksanaan Tontholo

Berdasarkan Gambar 2 dapat dilihat bahwa pelaksanaan tontholo dilakukan kepada ibu nifas dengan terlebih dahulu dilakukan persiapan rebusan rempah, memandikan ibu nifas dengan air hangat rebusan rempah, melakukan pijat oksitosin dan pemberian kuah asam jantung pisang ikan gabus. Pada saat kader melakukan tontholo tim pengabmas melakukan evaluasi menggunakan lembar observasi terhadap tindakan yang dilakukan kader apakah sudah sesuai prosedur atau tidak.

## 3. Melakukan Penutupan

Setelah semua kader terlibat dalam pelaksanaan tontholo dan mahir melaksanakan tontholo, dilakukanlah penutupan kegiatan pengabdian masyarakat yang dihadiri oleh Kepala Puskesmas, Lurah Lekobalo, Kader dan tim pengabmas.

## 4. Monitoring dan Evaluasi

Setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat, dapat diperoleh hasil sebagai berikut:

- a. Pengetahuan Kader sebelum dan sesudah pelatihan tontholo, seperti terlihat pada Tabel 2.

**Tabel 2.** Pengetahuan Kader sebelum dan sesudah pelatihan tontholo

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pre Pengetahuan Kader	62.00	10	7.528	2.380
Post Pengetahuan Kader	69.30	10	7.334	2.319

Berdasarkan Tabel 2 nilai rata-rata (mean) sampel 10 orang kader adalah sebelum pelatihan 62,00 dan sesudah pelatihan naik menjadi 69,30 sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan 7,30 sebelum dan sesudah pelatihan. Hal ini berbeda dengan penelitian Nyalindung (2022) yang menunjukkan bahwa pengetahuan kader sebelum dan sesudah diberi pelatihan diketahui menurun dikarenakan ada beberapa subjek yang tidak dapat mengikuti penelitian secara maksimal dan minat keikutsertaanya menjadi menurun. Penelitian lain yang dilakukan oleh Rimawati et al. (2021) yang menunjukkan terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pelatihan dengan ( $p=0,0006$ ). Serta pada penelitian yang dilakukan oleh (Wahyuni et al., 2019) yang menunjukkan bahwa pengetahuan kader posyandu rata-rata mengalami peningkatan setelah mendapatkan pelatihan dari 80.4 menjadi 88.1.

Tingkat pengetahuan kader akan meningkat apabila kader memiliki pendidikan tinggi, mengikuti pelatihan dan aktif dalam mengikuti pembinaan. Tingginya pengetahuan kader dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya tingkat pendidikan, keaktifan mengikuti pelatihan, keaktifan kader dan lamanya menjadi kader. Pengembangan pengetahuan dengan mengikuti pelatihan secara berkala sesuai bidangnya (Nyalindung, 2022).

#### b. Produksi ASI

Dari 30 ibu nifas setelah dilakukan tontholo dan diobservasi hari 1 dan ke 2 mengatakan sekitar 7 orang (25%) yang mengeluh asinya sedikit dikarenakan anak pertama dan suaminya tidak berada ditempat. Sedangkan 23 orang (75%) ibu nifas mengatakan asinya keluar banyak setelah dilakukan tontholo. Hal ini tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kusbandiyah & Puspawati, 2020) yang mendapatkan hasil tidak ada pengaruh signifikan antara postnatal massage dengan laktasi pada masa nifas dengan nilai ( $p=0,369$ ). Postnatal massage lebih berkaitan dengan efek jangka pendek dalam memberikan efek relasasi dan mengurangi kelelahan pasca melahirkan (Kusbandiyah & Puspawati, 2020), seperti terlihat pada Tabel 3.

**Tabel 3.** Produksi ASI sesudah dilakukan Tontholo

Produksi ASI	Jumlah Ibu Nifas	
	f	%
ASI banyak	23	75
ASI sedikit	7	25
Jumlah	30	100

Hasil pengabmas ini sejalan dengan penelitian yang mendapatkan data bahwa dari hasil uji Wilcoxon terlihat bahwa p value 0.000 dan

otot pectoralis major terhadap kelancaran produksi ASI pada kelompok intervensi, sehingga pijat pada otot pectoralis mayor berpengaruh pada peningkatan ASI (Mulyaningsih et al., 2019). Penelitian serupa juga mendapatkan hasil bahwa *massage rolling* mempengaruhi produksi ASI di BPM Sri Sukeni Sleman Tahun 2017 (Fit & Shanti, 2018) dan penelitian yang dilakukan oleh (Isnaini, Nurul, Diyanti, 2015) yang hasilnya menunjukkan adanya hubungan pijat oksitosin pada ibu nifas terhadap pengeluaran ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Raja Basa Indah Bandar Lampung Tahun 2015. Selain itu penelitian dengan teknik marmet yang mirip dengan pemijatan payudara yang ada pada tontholo memiliki pengaruh terhadap kelancaran ASI (Misna et al., 2020).

Pijat oksitosin dilakukan pada ibu setelah melahirkan untuk membantu kerja hormon oksitosin dalam pengeluaran ASI, mempercepat syaraf parasimpatis menyampaikan sinyal ke otak bagian belakang untuk merangsang kerja oksitosin dalam mengalirkan ASI agar keluar. Tindakan *massage* dapat mempengaruhi hormone prolaktin yang berfungsi sebagai stimulus produksi ASI pada ibu selama menyusui. Tindakan ini juga dapat membuat rileks pada ibu dan melancarkan aliran syaraf serta saluran ASI pada kedua payudara (Kiftia, 2015).

c. Perubahan TFU (Tinggi Fundus Uteri)

Dari 30 ibu nifas setelah dilakukan tontholo dan diobservasi hari 1 dan ke 2 mengatakan sekitar 1 orang (4%) yang diukur TFU nya masih teraba 3 jari atas pusat karena anak pertama dan malas bergerak. Sedangkan 29 orang (96%) setelah diperiksa TFU tidak teraba lagi. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Restianti et al. (2015) yang mendapatkan hasil uji Mann-Whitney diperoleh selisih tinggi fundus uteri hari ke-1 dan ke-9 diketahui bahwa  $p < 0,000$  yaitu terdapat perbedaan penurunan tinggi fundus uteri yang signifikan pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Hasil pengabmas ini tidak sejalan dengan penelitian oleh Kusbandiyah & Puspadewi (2020) didapatkan hasil uji Mann-Whitney menunjukkan hasil  $p$ -value 0,093 untuk involusi uterus, sehingga tidak adanya hubungan antara postnatal *massage* dengan involusi uterus. Penelitian lain juga menunjukkan tidak adanya hubungan pijat endorphin pasca melahirkan dengan percepatan involusi uterus dengan nilai ( $p=0,302$ ) (Rahayu et al., 2018), seperti terlihat pada Tabel 4.

**Tabel 4.** Perubahan Tinggi Fundus Uteri Setelah Dilakukan Tontholo

Perubahan TFU	Jumlah Ibu Nifas	
	f	%
Masih Teraba	1	4
Tidak Teraba	29	96
Jumlah	30	100

Penelitian yang mirip dengan tontholo pada ibu nifas yaitu terapi bom massage dengan pijatan pada tulang belakang juga mendapatkan hasil bahwa mempercepat involusi uterus (Mega, 2022). Penelitian dengan massage uterus juga mendapatkan hasil bahwa ibu nifas mengalami percepatan involusi dengan penurunan tinggi fundus uteri (Restianti et al., 2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi involusi uterus terdiri dari mobilisasi dini, status gizi, menyusui, usia, dan paritas (Sari, 2017).

## 5. Kendala yang Dihadapi

Pada saat melakukan pengabdian masyarakat tim pengabdian tidak menemukan kendala yang cukup berarti, namun dikarenakan kondisi geografis daerah yang sulit dijangkau dengan kendaraan karena berbentuk pegunungan, sehingga hanya bisa dilewati dengan jalan kaki. Oleh karena itu tim pengabdian masyarakat harus membutuhkan usaha dan tenaga ekstra untuk mencapai rumah dari ibu nifas.

## D. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di kelurahan Lekobalo mendapatkan respon yang baik dari masyarakat dan juga pemerintah Lurah Lekobalo dan Puskesmas Pilolodaa. Dari hasil pengabdian masyarakat didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan kader setelah mendapatkan pelatihan tontholo, yaitu dari 62% hingga mencapai 69,30%. Selain itu terdapat peningkatan produksi ASI dari ibu nifas dengan didapatkan 23 orang (75%) ibu nifas mengatakan asinya keluar banyak setelah dilakukan tontholo. Serta proses involusi berjalan lebih cepat terbukti dari perubahan tinggi fundus uteri ibu nifas sebanyak 29 orang (96%) setelah diperiksa TFU tidak teraba lagi setelah dilaksanakan tontholo. Diperlukannya pengabdian masyarakat dengan lebih menggerakkan kader ataupun ibu nifas secara langsung agar lebih memahami tradisional postpartum di Gorontalo yaitu Tontholo yang mempunyai manfaat untuk meningkatkan produksi ASI dan mempercepat involusi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Politeknik Kesehatan Gorontalo yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik. Tim penulis juga mengucapkan kepada pihak Kelurahan

Lekobalo dan Puskesmas Pilolodaa yang telah mendukung dan memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat.

## DAFTAR RUJUKAN

- Aizar, E. (2018). Artikel Penelitian Massage Postpartum dan Status Fungsional Ibu Pascasalin di Medan Massage Postpartum and Fungtional Status in Post Partum Mother in Medan. *Buletin Farmatera*, 3(1), 24–32.
- Claudia, Juli Gladis, Abdul, N. A. (2021). *Tontholo Bagi Ibu Post Partum*. CV Mitra Keluarga Sehat Publishing.
- Elisa, E., Royani, L. D., & Adi, W. S. (2018). Pengaruh Masase Fundus Uteri Dengan Pendidikan Kesehatan (Video Masase Fundus Uteri) Terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri Ibu Postpartum Di RSUD Pandan Arang Boyolali. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 1(2), 15. <https://doi.org/10.32584/jikm.v1i2.145>
- Fit, E., & Shanti, A. (2018). Efektifitas Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Dengan Massage Rolling ( Punggung ). *Midwifery Journal Kebidanan*, 3(1), 76–80.
- Handayani, Lestari, N. (2014). *Rekam Jejak Terengi Etnik Gororntalo-Kabupaten Boalemo : Buku Seri Etnografi Kesehatan 2014* (A. D. Laksono (Ed.)).
- Isnaini, Nurul, Diyanti, R. (2015). Hubungan Pijat Oksitosin pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Raja Basa Indah Bandar Lampung Tahun 2015. *Jurnal Kebidanan*, 1(2), 91–97.
- Kiftia, M. (2015). Pengaruh Terapi Pijat Oksitosinterhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum The Effect of Oxytocin Massage on Breast Milk Production of Postpartum Mothers Latar Belakang Eksklusif ( Pofil Kesehatan Aceh Besar adanya upaya pembangunan inovatif yaitu yang dida. *Ilmu Keperawatan Universitas Syiah Kuala*, 3(1), 42–49. [www.jurnal.unsyiah.ac.id/JIK/article/view/5128/4307](http://www.jurnal.unsyiah.ac.id/JIK/article/view/5128/4307)
- Kusbandiyah, J., & Puspawati, Y. A. (2020). Pengaruh Postnatal Massage terhadap Proses Involusi dan Laktasi Masa Nifas di Malang. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 7(1), 065–072. <https://doi.org/10.26699/jnk.v7i1.art.p065-072>
- Marwati, M., & Amidi, A. (2019). Pengaruh Budaya, Persepsi, Dan Kepercayaan Terhadap Keputusan Pembelian Obat Herbal. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 7(2), 168. <https://doi.org/10.32502/jimn.v7i2.1567>
- Mega Dinasti Indria. (2022). *Pengaruh Metode Bom Massage Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Wuryantoro*. [http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/2791/1/Artikel SKRIPSI DINA AB202016 FIX.doc](http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/2791/1/Artikel_SKRIPSI_DINA_AB202016_FIX.doc)
- Misna, R., Sartika, D., & Saragi, R. L. L. (2020). Pengaruh Teknik Marmet terhadap Kelancaran Air Susu Ibu di Desa Nag. Pematang Simalungun Kecamatan Siantar Kabupaten Simalungun. *Jurnal Bidan Komunitas*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.33085/jbk.v3i1.4558>
- Mulyaningsih, S., Sondakh, L., & Angge, W. A. (2019). Pengaruh pijat oksitosin dan otot pectoralis major terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas hari ke empat sampai hari ke lima di wilayah Kerja Puskesmas Limboto. *Kesehatan*, 8(2), 77–89. <https://doi.org/10.31314/mjk.8.2.77-89.2019>
- Nyalindung, D. I. K. (2022). Changes in Training Towards Nutritional Knowledge Level and Skills Level of Toddler. *NUTRIZIONE (Nutrition Research and Development Journal)*, 02(November), 34–47.
- Pattinasarany, G. M., Nusawakan, A. W., & Probawati, H. (2020). Praktik Tradisional Pada Perawatan Masa Nifas. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), 324. <https://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/4485/4270>
- Rahayu, Sri, Nurul, Melyana Widyawati, Kusuma, R. D. (2018). Pengaruh Masase

- Endorphin Terhadap Tingkat Kecemasan dan Involusi Uteri Ibu Nifas. *JURNAL KEBIDANAN*, 8(1), 29–36.
- Restianti, Y., Wagiyono, & Nurullita, U. (2015). Pengaruh Masase Uterus terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri pada Ibu Postpartum Domisili Demak di RSUD Sunan Kalijaga Demak. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 6(1), 1–6.
- Rimawati, E., Handayani, S., & Yuantari, C. (2021). Pengaruh Pelatihan terhadap Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu tentang Deteksi Dini TBC Anak di Kelurahan Tanjung Mas Semarang. *Abdimasku: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 222. <https://doi.org/10.33633/ja.v4i3.188>
- Sari, S. D. (2017). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Involusi Uterus pada Ibu Nifas di Rumah Bersalin Citra Palembang Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Abdurrahman*, 6(1), 32–37. <http://www.ejournal.stikesabdurrahman.ac.id/index.php/jkab/article/view/63>
- Wahyuni, S., Mose, J. C., & Sabarudin, U. (2019). Pengaruh pelatihan kader posyandu dengan modul terintegrasi terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan keikutsertaan kader posyandu. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 3(2), 95–101. <https://doi.org/10.32536/jrki.v3i2.60>
- Yuliana, Y., Juaeriah, R., Putriastuti, W., & Susanti, D. (2021). Pembentukan Kader Pendamping Asi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cibeber Kota Cimahi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.32807/jpms.v3i1.774>