



IBM Edukasi Manajemen Laktasi Untuk Menyukkseskan Program ASI Eksklusif Pada Ibu Menyusui

IBM Education On Lactation Management To Make a Successful Exclusive Breast Milk Program For Breastfeeding

Yuni Astuti^{1*}, Tuti Anggarawati², Erni Suprapti³
¹⁻³STIKES Kesdam IV/Diponegoro, Indonesia

Korespondensi Penulis: yunie.45tuti@gmail.com*

Article History:

Received: Desember 07,2024;

Revised: Desember 21,2024;

Accepted: Desember 31,2024;

Online Available: Januari 02,2024;

Keywords: Breastfeeding, Lactation Management, Breastfeeding Mothers

Abstract. Lactation management is an effort to help mothers achieve success in breastfeeding. This effort takes place from the pregnancy period, delivery, and the breastfeeding period until the child is 2 (two) years old. The practice of breastfeeding can also be carried out by breastfeeding from various backgrounds. However, not all mothers have the full time and opportunity to breastfeed their babies directly, including worker. Increased knowledge is needed to strengthen awareness in increasing knowledge and behavior in lactation management and exclusive breastfeeding. One of the efforts made is the transfer of knowledge regarding lactation management and exclusive breastfeeding. The result of this activity is that there is an increase in understanding about lactation management and exclusive breastfeeding after education.

Abstrak

Manajemen laktasi merupakan upaya untuk membantu ibu mencapai keberhasilan menyusui bayinya. Upaya ini berlangsung mulai dari masa kehamilan, pada saat ibu melahirkan, dan masa menyusui sampai anak berusia 2 (dua) tahun. Menyusui adalah proses pemberian air susu ibu (ASI) kepada bayi sejak lahir sampai berusia 2 tahun. Praktik menyusui juga dapat dilakukan oleh ibu menyusui dari berbagai kalangan dan latar belakang. Namun tidak semua ibu memiliki waktu dan kesempatan penuh untuk menyusui bayinya secara langsung, termasuk ibu bekerja. Peningkatan pengetahuan dibutuhkan untuk memperkuat kesadaran dalam peningkatan pengetahuan dan perilaku dalam manajemen laktasi dan pemberian ASI Eksklusif. Salah satu upaya yang dilakukan dengan kegiatan *transfer of knowledge* tentang manajemen laktasi dan pemberian ASI Eksklusif. Hasil kegiatan ini adalah ada peningkatan pengetahuan tentang manajemen laktasi dan pemberian ASI Eksklusif setelah dilakukan edukasi.

Kata Kunci: ASI, Manajemen Laktasi, Ibu Menyusui

1. PENDAHULUAN

Manajemen laktasi merupakan upaya untuk membantu ibu mencapai keberhasilan menyusui bayinya. Upaya ini berlangsung mulai dari masa kehamilan, pada saat ibu melahirkan, dan masa menyusui sampai anak berusia 2 (dua) tahun (Mayurnani, 2012). Menyusui adalah proses pemberian air susu ibu (ASI) kepada bayi sejak lahir sampai berusia 2 (dua) tahun. ASI mudah dicerna oleh bayi dan langsung terserap. ASI banyak mengandung nutrisi antara lain protein, albumin, lemak, karbohidrat, vitamin, mineral, hormon, enzim, zat kekebalan. ASI dapat meningkatkan daya tahan tubuh, memenuhi kebutuhan nutrisi bayi, meningkatkan jalinan kasih sayang, mengandung zat pelindung terhadap infeksi dan mencegah kerusakan gigi pada bayi. Sedangkan, manfaat untuk ibu yaitu mempercepat pemulihan post

partum, dapat melindungi kesehatan ibu seperti kanker payudara dan kanker ovarium, serta mengurangi stress (Arini, 2015).

Menurut Profil Kesehatan Indonesia cakupan bayi yang belum mendapat ASI eksklusif tahun 2022 sejumlah 27,96% (Kemenkes RI, 2022). Menurut Profil Kesehatan Jawa Tengah cakupan bayi yang belum mendapat ASI eksklusif tahun 2022 sejumlah 21,79% (Badan Pusat Statistik Propinsi Jawa Tengah, 2022). Jumlah bayi dengan usia 0-6 bulan di Kota Semarang yang belum diberikan ASI eksklusif sebanyak 34,4% (Profil Kesehatan Kota Semarang, 2022).

Gerakan untuk memberikan ASI secara eksklusif dinilai masih kurang menggema dan minim dukungan dari berbagai pihak. Praktik menyusui juga dapat dilakukan oleh ibu menyusui dari berbagai kalangan dan latar belakang. Namun tidak semua ibu memiliki waktu dan kesempatan penuh untuk menyusui bayinya secara langsung, termasuk ibu bekerja. Adakalanya ibu harus kembali bekerja saat jatah cuti sudah habis, misalkan 3 bulan pasca melahirkan. Agar seorang ibu mampu memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya selama bekerja, dapat dilakukan dengan memberikan ASI secara tidak langsung, ibu bekerja juga hendaknya mengetahui cara pemerah, menyimpan dan memberikan ASI kepada bayi selama ibu bekerja (Febriyanti, 2017).



Gambar 1. Peta Kelurahan Meteseh

Meteseh merupakan sebuah kelurahan yang terletak di kecamatan Tembalang, Semarang, Jawa Tengah, Indonesia. Kelurahan Meteseh memiliki 189 Rukun Tetangga dan 31 Rukun Warga. Kelurahan Meteseh memiliki luas 855,838 Ha. Survei pendahuluan yang dilakukan pada bulan September 2023 yang dilakukan melalui wawancara dengan menanyakan 10 pertanyaan tentang manajemen menyusui menunjukkan bahwa 2 dari 10 ibu nifas memiliki pengetahuan yang baik, 3 orang memiliki pengetahuan yang cukup, dan 5 orang memiliki pengetahuan yang buruk tentang manajemen menyusui selama periode pasca melahirkan. Hasil wawancara dengan petugas kesehatan di Puskesmas Rowosari Semarang menunjukkan bahwa 107 ibu mempunyai anak di bawah usia 6 bulan dalam 5 bulan terakhir, dan hanya 20%

diantaranya memberikan ASI eksklusif. Ibu lebih memilih memberikan MP-ASI agar anak tidak rewel, karena ibu beranggapan dengan memberikan MP-ASI akan membuat anak kenyang dan pencernaan menjadi lancar. Ibu yang bekerja lebih memilih memberikan susu formula untuk bayi di bawah 6 bulan, karena memudahkan pemberian makanan tambahan saat tidak bekerja. Kemampuan ibu bekerja dalam menyusui masih lemah, hal ini ditunjukkan dengan teknik menyusui yang tidak tepat, praktik menyusui yang tidak lengkap pada saat ibu bekerja. Oleh karena itu pendidikan kesehatan harus diberikan.

Peningkatan pengetahuan dibutuhkan untuk memperkuat kesadaran dalam peningkatan pengetahuan dan perilaku dalam manajemen laktasi dan pemberian ASI Eksklusif. Salah satu upaya yang dilakukan dengan kegiatan *transfer of knowledge* tentang manajemen laktasi dan pemberian ASI Eksklusif. Dari hasil paparan tersebut kami tertarik untuk mengambil tema pengabdian masyarakat “IbM Edukasi Manajemen Laktasi Untuk Menyukkseskan Program ASI Eksklusif Pada Ibu Menyusui”.

2. METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di RW 06 Kelurahan Meteseh Kecamatan Tembalang Semarang. Kegiatan ini dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi dengan memberikan edukasi tentang manajemen laktasi untuk menyukkseskan program ASI Eksklusif pada ibu menyusui. Kegiatan ini diawali dengan koordinasi dan survei bersama tim pelaksana, dilanjutkan dengan pertemuan kader, pertemuan dengan ibu menyusui untuk pemberian edukasi dan juga demonstrasi, dan juga monitoring serta evaluasi kegiatan. Kegiatan ini mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran untuk memberikan ASI eksklusif sehingga program ASI eksklusif dari pemerintah dapat tercapai dan angka cakupan ASI eksklusif meningkat.

3. HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat berjalan lancar dan peserta mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir. Hasil analisis pretest menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan pengetahuan tentang manajemen laktasi lebih dari 49% masuk dalam kategori cukup baik dan sebanyak 51% memiliki pengetahuan tentang manajemen laktasi kurang. Tim pengabdian masyarakat STIKES Kesdam IV/Diponegoro melakukan pendidikan kesehatan tentang manajemen laktasi menggunakan metode ceramah, demonstrasi, dan diskusi. Metode ceramah diberikan secara berkelompok kepada ibu menyusui. Kegiatan ceramah bertujuan agar materi yang disampaikan dapat diterima secara langsung oleh ibu. Pemberian pendidikan kesehatan

tentang manajemen laktasi diberikan untuk memberikan gambaran kepada ibu bekerja menyusui mengenai manfaat ASI, cara agar ibu tetap memberikan ASI selama bekerja, cara pemberian ASI, cara pemerahan ASI, menyimpan ASI perah, dan memberikan ASI perah, dan pemenuhan gizi selama periode menyusui dan juga ibu diajarkan terkait cara memperlancar produksi ASI. Hasil posttest menunjukkan pengetahuan pada ibu menyusui bayi usia sebanyak 84,75% tingkat pengetahuan baik dan sebanyak 15,25% mempunyai tingkat pengetahuan cukup.



Gambar 2. Kegiatan Edukasi

4. DISKUSI

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini terdapat peningkatan pengetahuan dan ketrampilan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang manajemen laktasi pada ibu menyusui. Edukasi kesehatan yang telah diberikan dapat meningkatkan pengetahuan dan perubahan pada diri ibu menyusui. Hal ini disebabkan ibu menerima beberapa informasi baru tentang manajemen laktasi. Pengetahuan merupakan hasil penginderaan terhadap objek melalui penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan perabaan. Pengetahuan tidak hanya diperoleh dari hasil pendidikan formal saja tetapi dapat diperoleh melalui umur, pengalaman, pendidikan, pekerjaan, jenis kelamin, informasi atau media massa, lingkungan, sosial budaya, dan juga penyuluhan. Hal ini sesuai dengan pendapat Notoatmodjo yang mengatakan bahwa pendidikan kesehatan adalah suatu proses perubahan pada diri seseorang yang dihubungkan dengan pencapaian tujuan kesehatan individu dan masyarakat (Notoatmodjo, 2007). Pendidikan kesehatan tidak dapat diberikan kepada seseorang oleh orang lain, bukan seperangkat prosedur yang harus dilaksanakan atau suatu produk yang harus dicapai, tetapi sesungguhnya merupakan suatu proses perkembangan yang berubah secara dinamis, yang didalamnya seseorang menerima atau menolak informasi, sikap maupun praktek baru yang berhubungan dengan tujuan hidup sehat.

Pendidikan kesehatan yang diberikan oleh tim Pengabmas STIKES Kesdam IV/Diponegoro menyebabkan terjadinya perubahan tingkat pengetahuan, sikap dan keterampilan ibu dalam memberikan ASI. Hal ini sesuai dengan teori yang disampaikan oleh Sunaryo bahwa terbentuknya suatu perilaku, terutama pada orang dewasa dimulai pada domain kognitif, dalam arti subjek tahu terlebih dahulu terhadap stimulasi yang berupa materi atau objek diluarnya sehingga menimbulkan pengetahuan baru pada subjek tersebut dan selanjutnya menimbulkan respon batin dalam bentuk sikap subjek yang diketahuinya itu (Sunaryo, 2004). Akhirnya rangsangan yakni objek yang telah diketahui dan didasari sepenuhnya tersebut akan menimbulkan respon yang lebih jauh lagi, yaitu berupa tindakan (*action*) sehubungan dengan stimulus atau objek tersebut. Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rosa et al (2024) tentang pengaruh edukasi pemberian ASI eksklusif terhadap pengetahuan dan sikap ibu menyusui dengan media booklet didapatkan hasil Edukasi media booklet efektif karena dapat meningkatkan hasil pengetahuan dan sikap ibu menyusui dengan jumlah peserta 26 dengan rata-rata hasil pretest 50,73% dan hasil setelah diberikan edukasi menjadi 76,38% (Wulandari, et al, 2023).

5. KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat didapatkan hasil:

- a. Terdapat peningkatan pengetahuan dan ketrampilan ibu menyusui tentang manajemen laktasi sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan.
- b. Metode pemberian edukasi melalui ceramah, demonstrasi, dan diskusi sangat efektif untuk meningkatkan pengetahuan tentang manajemen laktasi pada ibu menyusui.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terimakasih kepada Bapak Lurah Kelurahan Meteseh Kecamatan Tembalang yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terimakasih kami ucapkan kepada Bapak RW 06 Kelurahan Meteseh Kecamatan Tembalang yang telah memberikan kesempatan, saran, dan membantu kegiatan pengabdian masyarakat ini. Dan kami ucapkan terimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam kegiatan ini.

DAFTAR REFERENSI

- Arini, H. (2012). Mengapa seorang ibu harus menyusui. Flashbooks.
- Badan Pusat Statistik Jawa Tengah. (2023, May 30). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2022. Dinas Kesehatan. <https://jateng.bps.go.id/publication/2023/05/30/be07aa22ae941fcedfa8aeca/profil-kesehatan-provinsi-jawa-tengah-2022.html>
- Febriyanti, D. (2017, July 27). Menyusui pada ibu bekerja: Bagaimana caranya? Lactation Team. <http://www.praborinilactationteam.com/2017/07/27/menyusui-pada-ibubekerja-bagaimana-caranya>
- Kemendes RI. (2022). Profil kesehatan Indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Maryunani, A. (2015). Inisiasi menyusu dini, ASI eksklusif dan manajemen laktasi. Trans Info Media.
- Notoatmodjo, S. (2007). Metodologi penelitian kesehatan. Rineka Cipta.
- Profil Kesehatan Kota Semarang. (2022). Dinas Kesehatan Kota Semarang. Retrieved from www.dinkes.semarangkota.go.id
- Sunaryo. (2004). Psikologi untuk keperawatan. EGC.
- Wulandari, A., Soeyono, R. D., Dewi, A. F., Choirul, A. N., & Asrul, B. (2023). Pengaruh edukasi ASI eksklusif terhadap pengetahuan dan sikap ibu menyusui dengan media booklet. *Jurnal Tata Boga*, 12(2), 60–65.