

Peningkatan Pengetahuan Ibu Usia Reproduksi melalui Penyuluhan dan Simulasi tentang ASI Eksklusif untuk Meningkatkan Derajat Kesehatan Ibu dan Anak di Puskesmas Way Kandis Bandarlampung

Muhammad Aditya, Winda Trijayanthi Utama,
Ratna Dewi Puspitasari, Shinta Nareswari

Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

Abstrak

Masih kurangnya kesadaran ibu-ibu terdapat kebiasaan masyarakat memberikan air susu ibu (ASI) eksklusif 6 bulan dengan alasan bayi rewel dan baik-baik saja jika diberi susu tambahan. Hal ini disebabkan kurangnya pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif dan pelaksanaannya. Oleh sebab itu, perlu diberikan informasi mengenai ASI eksklusif melalui media penyuluhan. Metode yang digunakan dalam peningkatan pengetahuan ini adalah dengan memberikan penyuluhan berupa ceramah interaktif dan penayangan video sedangkan untuk penerapan perilaku dilakukan dengan latihan atau simulasi. Kegiatan ini diikuti oleh 35 peserta yang terdiri dari ibu-ibu usia reproduktif yang ada di wilayah kerja Puskesmas Way Kandis, Kota Bandarlampung. Setelah dilakukan penyuluhan dan simulasi peserta sudah mengetahui tentang cara memberikan ASI eksklusif dan menyimpan air susu ibu perasan (ASIP) yang baik serta benar dengan hasil *post-test* seluruhnya di atas 80%. Simpulan, peningkatan pengetahuan akan meningkatkan pemahaman akan pentingnya pemberian ASI yang benar. Dengan pemahaman yang baik akan membentuk perilaku pemberian ASI yang baik, sehingga pada akhirnya akan meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak.

Kata kunci: air susu ibu eksklusif, peningkatan pengetahuan, penyuluhan

Korespondensi: dr. Muhammad Aditya, S.Ked | Jl. Soemantri Brodjonegoro No. 1 | HP 085269226166
e-mail: m.aditya1988@fk.unila.ac.id

PENDAHULUAN

Pemberian ASI (air susu ibu) secara eksklusif adalah pemberian hanya ASI tanpa memberikan cairan atau makanan padat lainnya, kecuali vitamin, mineral atau obat dalam bentuk tetes atau sirup, sampai usia 6 bulan.¹ Berbagai penelitian telah mengkaji manfaat pemberian ASI eksklusif dalam hal menurunkan mortalitas bayi, menurunkan morbiditas bayi, menurunkan kejadian pneumonia, diare, menurunkan risiko obesitas pada masa anak dan remaja, mengoptimalkan pertumbuhan bayi, dan membantu perkembangan kecerdasan anak.²⁻⁴

Pemberian makanan/minuman pralakteal adalah pemberian makanan atau minuman kepada bayi baru lahir sebelum ASI keluar (dengan kata lain mendahului pemberian ASI), biasanya telah dilakukan dalam 3 hari pertama. Pemberian makanan/minuman pralakteal adalah praktek yang sering dilakukan dan merupakan salah satu faktor utama kegagalan pelaksanaan ASI eksklusif. Berdasarkan data riset kesehatan dasar (Riskesdas)⁵ tahun 2013, jenis makanan pralakteal yang paling banyak diberikan adalah susu formula (79,8%), lainnya adalah air putih, madu, susu non formula,

air kelapa, pisang, air tajin, dan air nasi. Sedang makanan pralakteal tersebut dapat membahayakan bayi.

Faktor-faktor yang mempengaruhi ASI eksklusif yaitu produksi ASI kurang, ibu kurang memahami tata laksana laktasi yang benar, ingin relaktasi, terlanjur mendapat *prelactal feeding* (pemberian air gula/dekstrosa, susu formula pada hari pertama kelahiran), kelainan ibu contohnya masalah anatomi payudara, ibu hamil lagi padahal masih menyusui, ibu bekerja, abnormalitas bayi/kelainan bayi, dan persepsi yang salah mengenai ASI.⁶⁻⁷

Faktor lain seperti perubahan sosial budaya, faktor psikologis, faktor fisik ibu, faktor kurangnya petugas kesehatan, meningkatnya promosi susu kaleng sebagai pengganti ASI, petugas kesehatan menganjurkan penggunaan PASI, puting susu nyeri/lecet, payudara bengkak (*engorgement*), saluran susu tersumbat, mastitis, abses payudara, kelainan anatomis pada puting susu, bayi enggan menyusui, ikterus pada bayi yang minum ASI, bayi lahir dengan operasi *sectio caesaria*, bayi kembar, penyakit kronis/berat pada ibu, ibu dengan diet tertentu, pemberian obat-obatan pada ibu

menyusui, dan menyusui pada waktu hamil.⁶⁻⁸

Melihat kondisi masih kurangnya kesadaran ibu-ibu terdapat kebiasaan masyarakat memberikan tambahan *prelactal feeding* sebelum usia bayi mencapai 6 bulan dengan alasan bayi rewel dan baik-baik saja jika diberi susu tambahan. Hal ini disebabkan kurangnya pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif dan pelaksanaannya. Oleh sebab itu, perlu diberikan informasi mengenai ASI eksklusif melalui media penyuluhan.

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan kelompok sasaran melalui kegiatan penyuluhan kesehatan serta Melatih kelompok sasaran untuk berperilaku memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan awal kehidupan bayi. Manfaat yang diharapkan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu-ibu melalui penyuluhan, menonton video, dan latihan cara memberikan ASI eksklusif. Memberikan cara menyusui yang baik dan benar dan menyimpan ASIP (air susu ibu perasan) sebagai upaya peningkatan perilaku pemberian ASI eksklusif. Meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak pada kelompok sasaran.

METODE PENGABDIAN

Sebagai alternatif pemecahan masalah yang sudah diidentifikasi, maka dilakukan kegiatan peningkatan pengetahuan dan penerapan perilaku kelompok sasaran tentang manfaat ASI eksklusif, cara pemberian ASI yang baik dan benar, dan edukasi cara penyimpanan ASIP. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan penerapan perilaku adalah dengan promosi kesehatan dan penayangan video serta latihan/simulasi.

Metode yang digunakan dalam peningkatan pengetahuan ini adalah dengan memberikan penyuluhan berupa ceramah interaktif dan penayangan video sedangkan untuk penerapan perilaku dilakukan dengan latihan atau simulasi. Adapun metode yang digunakan dalam kegiatan ini menggunakan beberapa jenis metode, yaitu:

1. Penyuluhan mengenai ASI eksklusif, manfaat serta cara memberikan ASI eksklusif yang baik dan benar.

2. Menayangkan video tentang cara memberikan ASI eksklusif
3. Latihan cara menyimpan ASIP
4. Pembagian leaflet
5. Pengisian kuesioner

Khalayak sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dari ibu-ibu usia reproduktif yang ada di wilayah kerja Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini diikuti oleh 35 peserta yang terdiri dari ibu-ibu usia reproduktif yang ada di wilayah kerja Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung. Kegiatan dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 05 November 2015 pada pukul 09.00 WIB sampai pukul 12.00 WIB. Sebelum dilakukan acara penyuluhan kesehatan, peserta mengisi daftar kegiatan dan dilakukan pemberian lembar kuisisioner *pre-test* kepada peserta. Kuisisioner berisi pertanyaan-pertanyaan mengenai materi yang akan diberikan. Hasil dari evaluasi ini berupa skor tiap peserta yang dihasilkan dari jumlah jawaban benar dibagi total jumlah pertanyaan dikali seratus.

Kegiatan ini dibuka oleh Kepala Puskesmas kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi. Ada 4 orang staf dosen dari Fakultas Kedokteran Universitas Lampung yang hadir. Pemberi penyuluhan, antara lain dr. Muhammad Aditya, S.Ked., dengan materi ASI eksklusif; dr. Winda Trijyanthi Utama., S.Ked, S.H., dengan materi cara menyusui yang baik dan benar; dr. Ratna Dewi Puspita Sari, Sp.OG., dengan materi penyakit yang dapat timbul akibat pemberian ASI yang tidak tepat; dan dr. Shinta Nareswari, S.Ked., dengan materi ASI simpan dan gizi pada ibu menyusui.

Selama penyampaian materi oleh narasumber, peserta menyimak dengan tekun dan antusias. Setelah 4 orang narasumber selesai menyampaikan materi dibuka forum tanya jawab mengenai materi yang telah disampaikan. Untuk praktik cara memberikan ASI eksklusif yang baik dan benar langsung praktik secara simulasi dengan menggunakan manekin menyusui dan bayi disertai dengan menayangkan video tentang cara memberikan ASI eksklusif. Kemudian untuk praktik cara menyimpan ASIP yang

baik dan benar langsung praktik secara simulasi dengan menggunakan manekin disertai dengan menayangkan video tentang cara menyimpan ASIP yang baik dan benar.

Setelah kegiatan berakhir dilakukan evaluasi dengan memberikan *post-test* kepada peserta yang berisi pertanyaan yang sama dengan *pre-test*. Skor *pre-test* dibandingkan dengan skor-*post* untuk menilai ada tidaknya peningkatan pengetahuan peserta. Apabila terjadi peningkatan pengetahuan pada lebih dari 80% peserta, maka kegiatan penyuluhan dianggap berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat.



Gambar 1. Penyuluhan ASI

Dari pengisian kuisioner diketahui bahwa seluruh (100%) ibu-ibu yang mengikuti kegiatan ini belum pernah mendapatkan penyuluhan kesehatan dan simulasi mengenai ASI eksklusif untuk meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak. Sebelum dilakukan penyuluhan dan simulasi peserta tidak mengetahui sama sekali ASI eksklusif dan ASIP. Setelah dilakukan penyuluhan dan simulasi peserta sudah mengetahui tentang cara memberikan ASI eksklusif dan menyimpan ASIP yang baik serta benar dengan hasil *post-test* seluruhnya di atas 80%.

SIMPULAN

Peningkatan pengetahuan, akan meningkatkan pemahaman akan pentingnya pemberian ASI yang benar. Dengan pemahaman yang baik akan membentuk perilaku pemberian ASI yang baik. Sehingga pada akhirnya akan meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak.

Setelah mendapatkan penyuluhan kesehatan dan simulasi mengenai ASI eksklusif untuk meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak, pemahaman ibu-ibu usia reproduktif yang ada di wilayah kerja Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung mengalami peningkatan.

Setelah dilakukan penyuluhan dan simulasi mengenai ASI eksklusif hendaknya setiap peserta mampu mengaplikasikan dan menyebarkan pengetahuan yang didapat dalam kegiatan ini agar dapat membantu meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak. Perlu dilakukan kegiatan serupa di pusat kesehatan masyarakat atau daerah lain yang belum memiliki kesempatan melaksanakan kegiatan ini supaya pengetahuan mengenai ASI eksklusif dapat lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Exclusive breastfeeding [internet]. Geneva: WHO; 2015 [disitasi tanggal 20 Juni 2015]. Tersedia dari: http://www.who.int/elena/titles/exclusive_breastfeeding/en/
2. Roesli U. Mitos menyusui. Seminar Telaah Mutakhir tentang ASI; 19 Oktober 2001; Bali. Indonesia: FAOPS-Perinasia; 2001.
3. Besar DS. Metode amenorea laktasi. Seminar Telaah Mutakhir tentang ASI; 19 Oktober 2001; Bali. Indonesia: FAOPS-Perinasia; 2001.
4. World Health Organization. Exclusive breastfeeding for six months best for babies everywhere [internet]. Geneva: WHO; 2011 [disitasi tanggal 20 Juni 2015]. Tersedia dari: http://www.who.int/mediacentre/news/statements/2011/breastfeeding_20110115/en
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Riset kesehatan dasar 2013. Jakarta: Kemenkes RI; 2013.
6. Simanjuntak D. Faktor-faktor yang berhubungan dengan pemberian makanan pendamping asi dini pada bayi di Kecamatan Pasar Rebo, Jakarta Timur tahun 2001 [tesis]. Depok: Universitas Indonesia; 2002.
7. Utomo B. The slowing progress of breastfeeding promotion program in Indonesia: causes and

recommendation. Diskusi Pakar Bidang Gizi tentang ASI MP-ASI, Antropometri, dan BBLR; 19-21 Januari 2011; Cipanas. Indonesia: Depkes-RI; 2011.

8. Saleh LOA. Faktor-faktor yang menghambat praktik asi eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan [skripsi]. Semarang: Undip; 2011.