



Edukasi Tentang Asi Dan Manajemen Laktasi Kota Makassar

Education about breast milk and lactation management, Makassar City

Imelda Iskandar^{1*}, Sumarni², Julia Novita²

^{1,3} Akademi Kebidanan YAPMA Makassar

² Akademi Kebidanan Tahirah Al Baeti Bulukumba

*imel.midwife@gmail.com

Article History:

Received: 20 Oktober 2020

Revised: 21 November 2020

Accepted: 24 Desember 2020

Keywords: Education,
breastfeeding, management;
Lactation

Abstract: *The nutritional problems faced in Indonesia today remain the same, namely that many children suffer from malnutrition. The national movement to increase breastfeeding is one of the government's efforts to improve the health status of mothers and children. However, the achievement of exclusive breastfeeding has not been achieved, one of the reasons is the breastfeeding factor. Meanwhile, the point in the success of providing exclusive breastfeeding and continuing it for up to 2 years is related to a mother's understanding of lactation management. So this service activity is carried out to teach mothers who are young pregnant, late pregnant and have just given birth to a 1 month old baby to participate so that their knowledge increases. The method in this activity is a pre-test before providing information related to breastfeeding and lactation management, then continuing with the post-test to see the success of the activity. The mothers' enthusiasm was seen to be very high and resulted in a strong determination to be able to provide exclusive breast milk to their babies. The success rate of this activity was 80%, judged from the responses and questions from the participants.*

Abstrak

Permasalahan gizi yang dihadapi di Indonesia saat ini masih tetap sama yaitu banyaknya anak menderita kurang gizi. Gerakan nasional peningkatan pemberian ASI merupakan salah satu upaya pemerintah untuk meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak. Namun capaian ASI eksklusif belum tercapai, salah satu Penyebabnya yaitu faktor menyusui. Sedangkan poin dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif dan dilanjutkan hingga 2 tahun berkaitan dengan pemahaman seorang ibu terkait manajemen laktasi. Sehingga kegiatan pengabdian ini dilakukan untuk mengajarkan kepada para ibu yang sedang hamil muda, hamil tua dan baru melahirkan bayi 1 bulan dapat ikut serta sehingga pengetahuan mereka meningkat. Metode dalam kegiatan ini adalah pre test sebelum dilakukan kegiatan pemberian informasi terkait ASI dan Manajemen laktasi kemudian lanjut post-test untuk melihat keberhasilan kegiatan. Antusiasme ibu terlihat sangat tinggi dan menghasilkan tekad yang kuat untuk dapat memberikan ASI eksklusif dengan baik kepada bayi-bayi mereka. Tingkat keberhasilan kegiatan ini 80%, dinilai dari tanggapan dan pertanyaan dari para peserta

Kata Kunci: Edukasi, ASI, Manajemen; Laktasi

PENDAHULUAN

Permasalahan gizi yang dihadapi di Indonesia saat ini masih tetap sama yaitu banyaknya anak menderita kurang gizi. Penyebab hal tersebut salah satunya yaitu faktor menyusui pada 6 bulan pertama tidak diberikan secara eksklusif. World health organization (WHO) Indonesia angka proporsi pemberian ASI 0-6 bulan hanya sebesar 37,3% (Depkes, 2018). Gerakan nasional peningkatan pemberian ASI merupakan salah satu upaya pemerintah untuk meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak. Upaya ini sangat penting untuk meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif, sehingga hal ini perlu adanya dukungan dari seluruh lapisan masyarakat. Alasan pemberian ASI hingga bayi berusia 6 bulan yakni, komposisi ASI yang cukup untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi apabila diberikan secara tepat dan benar, serta saat bayi berusia lebih dari 6 bulan sistem pencernaannya mulai matur (sempurna) sehingga mencegah kemungkinan kuman atau bakteri masuk langsung keperedaran darah (Rukiyah, Ai Y, 2011)

Air Susu Ibu (ASI) eksklusif adalah suatu proses pemberian makan dan minum kepada bayi mulai dari lahir hingga usia 6 bulan hanya dengan menggunakan Air Susu Ibu saja tanpa cairan ataupun makanan lainnya. (WHO, 2014). Dalam beberapa kasus ada ibu yang lancar-lancar saja dalam proses pemberian asi eksklusif ini, namun tidak sedikit pula ibu muda ini mengalami kesulitan sehingga jelas diperlukan edukasi khusus kepada ibu muda minimal berupa sharing pengalaman sehingga ibu yang mengalami kesulitan ini mampu mengatasi permasalahan yang dihadapi dengan baik. (Rempel, 2014). Poin dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif dan dilanjutkan hingga 2 tahun berkaitan dengan pemahaman seorang ibu terkait manajemen laktasi (Maryunani, 2012). Manajemen laktasi di bagi menjadi tiga tahap waktu pembagian yaitu pengetahuan saat masa sebelum kelahiran (saat kehamilan), sesaat setelah melahirkan dan masa sesudah melahirkan. Pengetahuan sebelum masa kelahiran berupa pemahaman ibu terkait ASI dan perawatan payudara selama kehamilan yang secara langsung ini akan membantu ibu untuk mempersiapkan diri serta persiapan “alat “ yang digunakan dalam pemberian ASI ini hingga hal yang dipersiapkan untuk kesuksesan pemberian asi eksklusif (Prasetyono, Dwi S., 2009)

Menurut (Yuliarti, 2010), Ibu tidak memberikan ASI eksklusif disebabkan oleh beberapa alasan, antara lain pengetahuan ibu tentang pentingnya ASI masih rendah, tata laksana rumah sakit yang salah, dan banyaknya ibu yang mempunyai pekerjaan di luar rumah. Masalah yang menjadi penyebabnya ialah kurangnya pengetahuan ibu khususnya tentang manajemen laktasi yang dimulai dari masa antenatal, perinatal dan postnatal, seperti kurangnya persiapan ibu pada

masa antenatal yang berdampak pada kurangnya produksi ASI pada saat menyusui. Hasil penelitian yang dilakukan (Lestari, W. Amelia, N.R., & Rahmalia, 2012), menyebutkan bahwa sering kali terjadinya kegagalan dalam menyusui disebabkan karena masih banyak kesalahan yang terletak pada teknik atau cara menyusui ibu yang belum benar, memposisikan dan melekatkan bayi. Demikian juga penelitian yang dilakukan oleh (Kurniasih, 2015) menyatakan bahwa kurangnya pencapaian ASI eksklusif tersebut dipengaruhi oleh pendidikan, pekerjaan, dan budaya setempat sebagaimana yang dijelaskan dalam penelitian tersebut bahwa kendala terbesar pemberian ASI sangat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan ibu yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang dalam mendasari sikap seseorang terutama dalam pemeliharaan kesehatan.

Kegiatan pengabdian masyarakat penting untuk dilakukan apalagi yang berkaitan dengan pendidikan kesehatan seperti hal yang disebutkan diatas. Peran serta dukungan banyak pihak sangat diperlukan untuk kesuksesan pemberian ASI dan manajemen laktasi. Sehingga kegiatan pengabdian ini dilakukan untuk mengajarkan kepada para ibu yang sedang hamil muda, hamil tua dan baru melahirkan bayi 1 bulan dapat ikut serta sehingga pengetahuan mereka meningkat sekaligus menjadi tempat konsultasi terkaait hal ini.

METODE

Mitra pengabdian adalah: Kepala Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar tanggal 20-22 Oktober 2020. Tahapan kegiatan meliputi:

- a. Identifikasi masalah yang melibatkan mitra, Hasil identifikasi masalah adalah masih adanya anak yang kurang gizi di 4 posyandu, selanjutnya dilakukan identifikasi tempat dan dikonfirmasi dengan kegiatan pelaksana. Selanjutnya ijin akan dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi tentang ASI dan manajemen laktasi.
- b. Melakukan pendekatan ke kepala Puskesmas dan menginformasikan maksud dan tujuan pengabdian
- c. Pelaksanaan pengabdian dengan melakukan pretest dan posttest. Pelaksanaan pengabdian masyarakat meliputi; (1) Pretest, meliputi pengetahuan tentang ASI, menyusui, stimulasi dengan menggunakan kuesioner, sedangkan praktik manajemen laktasi dengan menggunakan lembar observasi; Memberikan workshop tentang ASI, menyusui, perawatan payudara, menyusui dengan benar, dan pemerah ASI (Gambar 1); dan (4) Melakukan posttest.

- d. Modul yang diberikan berisi tentang, antara lain: Air susu ibu, menyusui, perawatan payudara, menyusui dengan benar, memerah ASI.

HASIL

Tabel 1 Hasil Pre test dan Post Test

Variable	Rata-rata Pre-test	Rata-rata Post-test
Pengetahuan ASI dan Menyusui	67%	88%
Praktek Menyusui	57%	84,5%
Praktek perawatan payudara	48%	85%

Pada tabel menunjukkan bahwa, semua variabel yang tertera, nilai rata-rata setelah workshop, lebih baik dari pada sebelum pemberian edukasi melalui online. Nilai rata-rata; pengetahuan ASI

dan menyusui sesudah lebih baik (88%), dari sebelum (67%), perawatan payudara sesudah, lebih baik (84,5%) dari sebelum dilakukan pemberian edukasi (57%), praktik menyusui dengan benar sesudah (85%) lebih baik dari sebelum (48%).



Gambar 1 Dokumentasi Kegiatan

Pemahaman terkait ASI ini penting untuk dipahami khususnya ibu muda, karena jika dilihat kondisi saat ini promosi iklan susu yang sangat deras tentu akan sangat mudah untuk

mempengaruhi ibu muda ini yang belum berpengalaman ini untuk mengambil jalan pintas dengan pemberian susu formula (Ibrahim, Azfirul,2014). Manfaat ASI yang tidak dapat dilihat secara langsung terkadang menjadi salah satu alasan juga, padahal jika ibu muda ini diberikan informasi mendalam akan manfaat jangka panjang terkait pemberian ASI ini maka ibu pun pasti akan mengupayakan lebih, dan memahami inilah kodrat wanita sesungguhnya. Berita-berita yang beredar di masyarakat jika saja para ibu muda mampu belajar dari berbagai kasus penyakit yang banyak terjadi pada bayi dan balita tentu akan terjadi peningkatan drastic pemberian ASI eksklusif ini (Carvajal-Vélez et al., 2016).

Dalam persiapan pemberian ASI Eksklusif ini perawatan payudara perlu dilakukan selama jenjang kehamilan khususnya pada trimester akhir, sehingga payudara siap digunakan, kondisi bersih tanpa ada sumbatan kotoran sehingga air susu dapat keluar dengan baik saat melahirkan nanti. Inisiasi Menyusu Dini (IMD) juga perlu diberikan pemahaman kepada ibu-ibu muda untuk dapat dilakukan sesaat setelah melahirkan, karena sesuai dengan penelitian (Etika, 2011) bahwa pemberian IMD akan memberikan pengaruh terkait keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Perubahan selama kehamilan pada ibu muda baru tentu menjadi satu hal yang dirasa aneh namun perlu disadari perubahan ini tentunya lebih mengarah kepada persiapan tubuh ibu tersebut untuk memasuki satu tahap kehidupan yang baru yaitu menjadi seorang ibu seutuhnya. Berbagai pengetahuan terkait kehamilan diberikan kepada ibu setiap ibu melakukan pemeriksaan ANC (antenatal care) serta juga tersampaikan dengan baik pada buku KIA (buku pink) (Harismayanti et al., 2018). Namun belum semua ibu mau meluangkan waktu untuk membaca-baca hal yang baru ini, mereka lebih senang mendengarkan terutama dari pihak keluarga sendiri yang bercerita seperti ibu kandung atau ibu mertua. Hal ini ada baik dan tidak baiknya karena jika cerita tersebut lebih diarahkan kearah dukungan pemberian asi, maka ibu muda ini akan lebih percaya diri, namun sebaliknya jika tidak mengarah dukungan kepada asi eksklusif maka pemberian susu formula seakan sudah mulai terpikirkan oleh ibu muda untuk akan dilakukannya kepada bayinya kelak (Inge W., Yesiana D.W., 2015).

Kegiatan pengabdian ini membahas hal ini secara rinci, mulai dari manfaat ASI, keuntungan bayi mendapat asi, kerugian bayi tidak mendapat asi, hingga hitungan secara ekonomi yang akan membantu mengurangi beban biaya keluarga juga disajikan dalam kegiatan edukasi ini, sehingga tim berharap para ibu muda ini terbuka pikirannya dan mampu menganalisis kondisi sesuai dengan aslinya.

DISKUSI

Selain hal itu juga disampaikan beberapa permasalahan yang juga dapat menyebabkan kegagalan asi eksklusif ini yaitu seperti puting gepeng yang dibiarkan tanpa ada upaya pemijatan payudara, puting lecet dan cara mengatasinya, mastitis(bengkak payudara) dan cara mengobatinya, serta diingatkan juga terkait syarat ibu yang tidak boleh memberikan asi eksklusif pada bayinya karena sang ibu menderita penyakit berat ataupun sedang dalam pengobatan yang membutuhkan obat keras (sakit kanker), sehingga diluar kondisi-kondisi tersebut pada dasarnya semua ibu bisa memberikan asi eksklusif pada bayinya tanpa kendala (Anggorowati, 2013). Jadi hanya tinggal memupuk semangat “saya bisa, saya mampu, generasi unggul saya yang ciptakan” serta dukungan orang sekitar, mulai dari keluarga inti, hingga masyarakat di sekitar tempat tinggal, dan juga dukungan dari pemerintah setempat. Selain edukasi terkait manajemen laktasi kegiatan ini dilengkapi juga dengan sesi praktik atau uji coba, yaitu pijat payudara dengan menggunakan phantom payudara yang di buat dengan memanfaatkan kardus bekas yang dibentuk menyerupai payudara wanita (Notoadmojo, 2010).

Pijat payudara ini penting dilakukan mulai dari masa kehamilan, kemudian pijat ini pun juga terus dilakukan sampai proses menyusui selesai (WHO, 2014). Pijat payudara ini dapat dilakukan sendiri oleh ibu, sehingga ibu muda ini lebih diajarkan untuk teknik memijat yang baik. Selain pijat payudara, tim juga memberikan praktik pijat oksitosin, berbeda dengan pijat payudara, pijat oksitosin ini ibu tidak dapat melakukannya sendiri, melainkan membutuhkan bantuan orang lain, bisa seperti suami, mertua, ataupun siapapun yang dapat membantu memijit. Semua sesi praktik dilakukan setelah pemberian materi terkait penting dan manfaat yang akan dirasakan ibu ketika semua hal itu dilakukan oleh ibu.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini sangat membuka wawasan serta menimbulkan semangat bagi para ibu muda yang sedang dalam masa kehamilan untuk semakin percaya diri dalam menghadapi kehamilan, dan lebih siap kembali saat nanti tiba saatnya bayi mereka dilahirkan, Hasil pencapaian keberhasilan kegiatan ini sebesar 80% dilihat dari berbagai tanggapan dan pertanyaan yang sangat baik dan jawaban yang mendekati sempurna saat beberapa pertanyaan sekaligus praktik langsung saat di berikan kepada para peserta\

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terimakasih Kepada Yayasan Pendidikan Makassar Yang memberikan Bantuan dalam Proses kegiatan pengabdian dan terimakasih atas izin diberikan oleh instansi Puskesmas Kassi-kassi Kota Makassar serta Partisipasi Ibu Hamil dan Ibu Menyusui atau memiliki bayi usia 1 bulan.

DAFTAR REFERENSI

- Anggorowati, F. (2013). Hubungan antara dukungan keluarga dengan pemberian ASI eksklusif pada bayi di Desa Bebenan Kecamatan Boja Kabupaten Kendal. *Jurnal Keperawatan Maternitas*, 1, 1–8.
- Carvajal-Vélez, L., Amouzou, A., Perin, J., Maïga, A., Tarekegn, H., Akinyemi, A., ... Newby, H. (2016). Diarrhea management in children under five in sub Saharan Africa: Does the source of care matter? A Countdown analysis. *BMC Public Health*. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3475-1>
- Depkes RI. 2010. Hanya 33,6% Bayi di Indonesia yang Mendapatkan ASI secara eksklusif.. Jakarta: Depkes RI.
- Etika R.S., Siti .M., dan R. A. (2011). Praktik Inisiasi Menyusu Dini Dan Pemberian Asi Eksklusif Studi Kualitatif Pada Dua Puskesmas, Kota Semarang. *Media Medika Indonesiana.*, 45(3). Harismayanti,
- Ibrahim, I. A., Azfirul, & Humairah. (2014). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Manajemen Laktasi Di Wilayah Kerja Puskesmas Samaenre Kabupaten Sinjai Tahun 2014. *VI(2)*, 339–349.
- Kurniasih, D. (2015). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Manajemen Laktasi Dengan Pemberian ASI Eksklusif Di Desa Bligo Kecamatan Ngluwar Kabupaten Magelang Jawa Tengah.
- Lestari, W. Amelia, N.R., & Rahmalia, S. (2012). Efektifitas Pendidikan Kesehatan Tentang ASI Terhadap Tingkat Pengetahuan, Kemampuan dan Motivasi Menyusui Primipara. *Jurnal Ners Indonesia*, 2
- Maryunani, A. (2012). Inisiasi Menyusui Dini, Asi Eksklusif Dan Manajemen Laktasi. jakarta: Cv. Trans Info Media,.
- Prasetyono, Dwi S., (. (2009). *Buku Pintar Asi Eksklusif*. Yogyakarta: Diva Press Anggota Ikapi.
- Rempel, L. A. (2014). Factors Influencing The Breastfeeding Decisions Of Long Term Breastfeeders. *Journal Of Human Lactation*, 20, 306–317.
- Rukiyah, Ai Y, dkk. (2011). *Asuhan Kebidanan III Nifas*. TIM
- Sudirman, A. A., & Supriaty, I. (2018). Manajemen Laktasi Terhadap Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 1–16. Ibrahim, I. A., Azfirul, & Humai
- WHO. (2014b). *World Health Organization*. Pekan ASI Sedunia
- Yuliarti. (2010). *Keajaiban ASI: Makanan Terbaik untuk Kesehatan, Kecerdasan dan Kelincahan si Kecil*. Andi Publisher