

Upaya Meningkatkan Keberhasilan ASI Eksklusif melalui Pemberdayaan Kader dengan Pemberian Edukasi Booklet “Sidara” (Laktasi Dan Perawatan Payudara)

Aris Prastyoningsih¹, Frieda Ani Noor², Siti Nurjanah³, Erinda Nur Pratiwi⁴, Ajeng Maharani Pratiwi⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Kusuma Husada Surakarta
Korespondensi E-mail: aris.prastyoningsih@gmail.com

Abstrak

Banyak faktor yang mempengaruhi status gizi pada anak balita, diantaranya adalah penghasilan keluarga, pengetahuan ibu, akses terhadap pelayanan kesehatan, kejadian diare, pemberian ASI eksklusif, sumber air bersih, pola asuh, serta nutrisi pada masa kehamilan. Kurangnya pengetahuan tentang laktasi dan perawatan payudara menyebabkan angka ASI eksklusif pada ibu menyusui rendah atau bahkan gagal dalam program menyusui bayinya. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah pemberdayaan kader kesehatan Posyandu Balita di RW 15 Kelurahan Banjarsari Surakarta dapat memahami tentang laktasi dan perawatan payudara selama menyusui sehingga dapat memberikan pengetahuan kepada ibu menyusui atau ibu yang habis melahirkan sebagai upaya untuk mendukung keberhasilan ASI eksklusif. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan dan pelatihan tentang laktasi serta perawatan payudara terhadap kader kesehatan Posyandu Balita di RW 15 Kelurahan Banjarsari Surakarta dihadiri oleh 15 kader kesehatan. Hasil pengabdian masyarakat adalah peningkatan pemahaman kader tentang laktasi dan perawatan payudara dalam menunjang keberhasilan ASI Eksklusif di Desa Banjarsari. Kesimpulan: terdapat peningkatan pengetahuan dan ketrampilan kader sebanyak 80% tentang laktasi dan perawatan payudara.

Kata Kunci: Edukasi, Laktasi, Perawatan Payudara

Abstract

The factors of the affect nutritional status of toddlers are numerous, including income, knowledge of maternal nutrition, access to health services, incidence of diarrhea, exclusive breastfeeding, sources of clean water, parenting patterns, and also nutrition during pregnancy. Lack of knowledge about lactation and breast care causes the rate of exclusive breastfeeding for breastfeeding mothers to be low or even failure to breastfeed their babies. The purpose of community service is to empower health cadres of Toddler integrated health center in Banjarsari Surakarta Village to understand lactation and breast care during breastfeeding so that they can provide knowledge to breastfeeding mothers or mothers who have given birth as an effort to support the success of exclusive breastfeeding. The method used in this activity is counseling and training on lactation and breast care for health cadres of Toddlers integrated health center in Banjarsari Surakarta Village attended by 15 health cadres. The result of community service is an increase in the understanding of cadres about lactation and breast care in supporting the success of exclusive breastfeeding in Banjarsari Village. Conclusion: there is an increase in knowledge and skills of cadres by 80% about lactation and breast care

Keywords: Education, Lactation, Breast Care

Pendahuluan

Angka cakupan ASI eksklusif di Indonesia masih dibawah angka yang telah ditargetkan. Pada Tahun 2014 Kemenkes RI menentukan bahwa target capaian ASI eksklusif sebesar 80% pada semua bayi lahir sampai umur 6 bulan untuk mendapatkan ASI secara Eksklusif. Pemantauan Status Gizi tahun 2016 menunjukkan cakupan nasional masih dibawah target yaitu 29,4 % (sampai 6 bulan) dan 54,0% (sampai 5 bulan) (Profil Kesehatan Indonesia, 2016). Tahun 2018 permasalahan gizi yang menjadi perhatian bersama adalah *Stunting*. Angka kejadian *stunting* di Indonesia berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 adalah 30,8% balita mengalami *stunting*. Permasalahan gizi yang terkait dengan *stunting* dan menjadi masalah kesehatan masyarakat diantaranya adalah anemia ibu hamil (48,9%), BBLR (6,2%), balita dengan gizi buruk (17,7%) serta anemia pada balita. Keberhasilan asi eksklusif sangat mendukung keberhasilan dalam program pemerintang 1000 HPK. Rendahnya cakupan ASI eksklusif merupakan gambaran kegagalan pemberian ASI yang disebabkan oleh beberapa faktor. Salah satu faktor yang menentukan keberhasilan dalam pemberian ASI Eksklusif

adalah kondisi ibu misalnya rasa percaya diri atau keyakinan ibu dalam memberikan ASI dan menyusui.

Cakupan pemberian ASI yang relatif rendah dapat disebabkan karena berbagai macam faktor antara lain faktor yang berasal dari banyak faktor yang meliputi faktor pada ibu, pada bayi, dan lingkungan sekitar. Hasil telaah terhadap penelitian menunjukkan bahwa faktor pada ibu yang tidak memberikan ASI, antara lain: pengalaman menyusui, status sosial ekonomi, kebiasaan dalam merokok, sikap ibu, dukungan dari layanan kesehatan, dukungan dari pasangan, serta keyakinan diri ibu terhadap kemampuannya dalam memberikan ASI. Sedangkan Faktor pada bayi misalnya adanya bibir sumbing, kelainan gastrointestinal. Faktor lingkungan seperti kebudayaan, tenaga kesehatan dan kebijakan yang ada pada fasilitas kesehatan/RS (Wardani, 2012).

Puspita R (2014) menjelaskan bahwa angka cakupan ASI Eksklusif yang masih rendah di pengaruhi oleh beberapa faktor yang meliputi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal tersebut sebanyak berpengetahuan baik (38,8 %), memiliki persepsi negatif (51 %) dan kondisi kesehatan (52 %). Sedangkan faktor eksternal meliputi dukungan petugas kesehatan (4,9 %), terpengaruh promosi susu formula (62,2 %), tidak terpengaruh promosi susu formula (37,8 %), dukungan dari orang terdekat (87,7 %), dan memberikan minuman/makanan tambahan karena tradisi (82,7 %).

Kelurahan Banjarsari Kecamatan Banjarsari Surakarta berdasarkan studi pendahuluan dan wawancara yang dilakukan pada awal tahun 2020 terhadap beberapa kader kesehatan di posyandu balita khususnya di RW 15 menyatakan bahwa di wilayah kelurahan Banjarsari masih terdapat bayi yang belum mendapatkan ASI secara eksklusif. Dari hasil wawancara terhadap beberapa ibu menyusui juga menyampaikan bahwa kegagalan menyusui di karenakan macetnya ASI pada awal-awal menyusui, ibu harus kembali bekerja dan anak diasuh oleh neneknya. Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan ibu tentang menyusui pada ibu yang bekerja menyebabkan kegagalan pemberian ASI Eksklusif.

Kader sebagai mitra tenaga kesehatan yang selalu berdampingan dengan masyarakat akan memberikan pengaruh terhadap masyarakat yang menyusui supaya ASI eksklusif berhasil. Pemberdayaan kader melalui edukasi SIDARA (laktasi dan Sidara) merupakan upaya untuk mendukung keberhasilan Asi eksklusif dan mencegah stunting pada anak.

Metode

Kegiatan Pengabdian merupakan pemberdayaan kader kesehatan Posyandu Sukoasih RW 15 Kelurahan Banjarsari Kecamatan Banjarsari Surakarta. Metode pemberdayaan melalui kegiatan penyuluhan dan pelatihan tentang laktasi dan perawatan payudara pada ibu menyusui. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berlangsung selama 2 bulan mulai bulan juni sampai bulan Agustus 2020. Kegiatan diawali dengan koordinasi dengan lintas sektoral yang terdiri dari bidan desa, tokoh masyarakat, perangkat desa dan ketua kader. Kegiatan ini menentukan permasalahan yang ada di wilayah RW 15 Kelurahan Banjarsari yaitu tentang ASI Eksklusif.

Kegiatan berikutnya adalah realisasi dari program untuk pemecahan masalah. Program tersebut adalah kegiatan pemberdayaan kader melalui Penyuluhan dan pelatihan yang dilaksanakan pada pada hari Jumat tanggal 17 Juli 2020 di Posyandu Sukoasih RW 15 Kelurahan Banjarsari Kecamatan Banjarsari Surakarta. Kegiatan dimulai dengan ceramah dari narasumber tentang laktasi dilanjutkan dengan pelatihan perawatan payudara. Selanjutnya di evaluasi dengan kemampuan kader dalam melakukan perawatan payudara.

Evaluasi lanjutan dari kegiatan ini adalah pemberian edukasi oleh kader terhadap ibu menyusui untuk mempertahankan dan meningkatkan produksi ASI. Proses monitoring dan evaluasi dilakukan dengan kunjungan rumah oleh kader untuk melakukan edukasi, konseling serta mengevaluasi tingkat pengetahuan, perilaku ibu dan bayi selama menyusui serta keberhasilan dalam menyusui secara eksklusif. Kader dapat secara langsung memberikan pengetahuan yang diperoleh saat penyuluhan dan

pelatihan kepada ibu yang menyusui. Sehingga ibu dapat memberikan ASI kepada bayinya secara optimal dan program ASI Eksklusif dapat berhasil.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh dosen pada Prodi Kebidanan program Sarjana dan pendidikan profesi bidan Universitas Kusuma Husada Surakarta yaitu tentang Upaya Peningkatan pengetahuan dan ketrampilan kader melalui penyuluhan dan pelatihan "SIDARA" (Laktasi dan perawatan payudara) di Posyandu Sukoasih RW 15 Kelurahan Banjarsari Kecamatan Banjarsari Surakarta, dilaksanakan pada Hari Rabu, tanggal 17 Juli 2020 yang dimulai pukul 09.00 sampai dengan pukul 13.00. kegiatan berlangsung selama 4 jam di rumah salah satu kader kesehatan yaitu di rumah Ibu Sutaji. Kegiatan monitoring mulai tanggal tanggal 18 Juli 2020 sampai bulan September tahun 2020. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat merupakan hasil kerja sama dengan bidan koordinator wilayah Puskesmas Gambirsari dan kader posyandu balita tanggul Asri II, untuk mendapatkan hasil yang lebih maksimal dalam pelaksanaan kegiatan.

Dari hasil pelaksanaan penyuluhan serat pelatihan yang dilanjutkan dengan evaluasi dan monitoring pada 15 kader posyandu, kegiatan tersebut mendapatkan respon yang sangat baik oleh ibu-ibu kader posyandu balita Sukoasih. Ibu-ibu kader antusias dalam mendengarkan dan menyampaikan masalah tentang menyusui yang dialami oleh masyarakatnya dan anggota posyandu. Dari kegiatan ini ibu-ibu kader menjadi lebih mengetahui tentang pentingnya pemberian pola asuh yang tepat bagi anak balita yang tujuannya adalah mengatasi gangguan dan permasalahan pada ibu menyusui terutama di awal-awal setelah masa persalinan. Hal ini dapat diketahui dari hasil evaluasi dan monitoring melalui ceramah, diskusi dan tanya jawab, dimana sebelum penyuluhan dan pelatihan kader sebagian besar belum mengetahui dan memahami tentang laktasi dan perawatan payudara selama menyusui dalam rangka untuk melancarkan produksi ASI. Setelah penyuluhan dan pelatihan kader menjadi lebih memahami dan dapat menyampaikan kembali tentang pengertian laktasi, faktor yang mempengaruhi keberhasilan menyusui, faktor yang menghambat menyusui, cara memperbanyak ASI serta cara perawatan payudara selama menyusui. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan ketrampilan ibu tentang laktasi dan perawatan payudara dilakuakn evaluasi dengan mempraktikkan tentang cara, urutan, dan teknik perawatan payudara dan diperoleh peningkatan pengetahuan dan ketrampilan sebesar 90 %.



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan dan pelatihan.



Gambar 2. Kegiatan setelah penyuluhan dan pelatihan.



Gambar 3. Evaluasi kegiatan bersama kader pada ibu menyusui.

Berdasarkan hasil pelaksanaan pemberdayaan kader melalui peningkatan pengetahuan dan ketrampilan tentang laktasi dan perawatan payudara terjadi peningkatan terhadap pengetahuan dan ketrampilan. Hal ini dapat disebabkan karena bertambahnya pengetahuan dan ketrampilan menyebabkan tingkat pengetahuan, kesadaran ibu, motivasi dan ketrampilan dalam perawatan payudara. Yang dibuktikan dengan adanya peningkatan nilai saat menjawab pertanyaan post test dengan peningkatan 80% pada pertanyaan yang berhubungan dengan pengetahuan menyusui serta ketrampilan dalam menyusui dan upaya untuk meningkatkan ASI. Sehingga dengan adanya kegiatan ini kader yang langsung bersentuhan dan berhubungan langsung dengan masyarakat dapat menyalurkan dan mengajari ibu menyusui ketika ada masalah dalam menyusui dalam mengatasi masalah dalam pengeluaran ASI dan laktasi.

Sebuah Penelitian yang dilakukan oleh Roseline (2018) menyatakan bahwa perempuan yang membuat pilihan untuk menyusui membutuhkan intervensi berbasis self-efficacy menyusui yang dimulai pada masa hamil sampai menyusui yang menggabungkan berbagai format dan model. Para ibu

dengan keyakinan yang lebih kuat dalam kapasitas menyusui mereka lebih mungkin untuk menyusui secara eksklusif untuk jangka waktu yang lebih lama.

Pendidikan menyusui serta konseling yang dilakukan dalam penelitian ini untuk membantu ibu memiliki keyakinan akan keberhasilan dalam menyusui. Sehingga hasil rerata BSE antara sebelum pemberian edukasi dan setelah pemberian edukasi mengalami peningkatan yang signifikan. Didukung oleh pendapat Sibel (2014) menyatakan pendidikan menyusui dan kunjungan rumah dan pendampingan efektif untuk promosi dan implementasi menyusui. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan interaktif dapat meningkatkan pengetahuan ibu, manajemen praktik menyusui, self-efficacy menyusui, dan pertumbuhan bayi.

Puspita R (2014) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa angka cakupan ASI Eksklusif yang rendah di pengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Hasil faktor internal meliputi tingkat pengetahuan ibu, persepsi negatif ibu dan kondisi kesehatan. Faktor eksternal meliputi dukungan petugas kesehatan, pengaruh promosi susu formula, dukungan dari orang terdekat, dan kebudayaan dalam memberikan makanan atau minuman pada bayi yang baru lahir. Faktor yang paling mempengaruhi adalah faktor budaya dengan persentase 82,7 %.

Cakupan pemberian ASI yang relatif rendah karena faktor yang berasal dari ibu, bayi, dan lingkungan. Berdasarkan hasil terhadap beberapa hasil penelitian bahwa faktor ibu untuk tidak memberikan ASI, antara lain: pengalaman, status sosial ekonomi, kebiasaan merokok, sikap ibu, dukungan dari layanan kesehatan, pasangan, serta keyakinan diri ibu terhadap kemampuannya dalam memberikan ASI. Faktor bayi misalnya karena kelainan kongenital atau penyakit bawaan bayi. Faktor lingkungan seperti budaya, tenaga kesehatan dan kebijakan rumah sakit (Sikorski, Renefrew, Pindoria, Wade, 2003 dalam Wardani, 2012).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan bertepatan dengan pertemuan kader Posyandu yang dilaksanakan di rumah salah satu kader posyandu Sukoasih Banjarsari, Surakarta. Kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung dengan lancar, peserta antusias dan aktif melakukan diskusi selama kegiatan berlangsung. Kegiatan tersebut juga menjadi lebih menarik karena selain menampilkan materi yang ter update beserta pemberian booklet yang dilengkapi gambar yang menarik dan mudah dipahami oleh kader. Kader juga melakukan praktik tindakan untuk melancarkan ASI bagi ibu nifas yang mengalami gangguan pengeluaran ASI. Sehingga ibu kader inilah yang akan membantu ibu yang baru melahirkan di wilayahnya apabila mengalami gangguan pengeluaran ASI terutama di minggu pertama setelah melahirkan

Kesimpulan dan saran

Pemberian edukasi melalui booklet SIDARA (laktasi dan perawatan Payudara) terhadap kader kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan tentang laktasi dan perawatan payudara, ketrampilan Perawatan payudara, faktor yang mempengaruhi keberhasilan ASI Eksklusif serta tentang hal-hal yang menghambat pengeluaran ASI. Informasi mengenai Manajemen laktasi dapat meningkatkan pengetahuan ibu kader sebagai mitra dan kepercayaan tenaga kesehatan yang berhubungan langsung dengan masyarakat dapat diupayakan sebagai tokoh yang akan memberikan pengetahuan dan edukator bagi masyarakat. Diharapkan agar pemerintah atau institusi pendidikan dapat menyelenggarakan pelatihan atau edukasi yang lebih intens lagi terkait manajemen laktasi dan ketrampilan lainnya yang mendukung program ASI Eksklusif.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih penulis ucapkan kepada pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat, mahasiswa Prodi kebidanan, serta kader Posyandu Tanggul Asri Banjarsari Surakarta.

Daftar Pustaka

Almatsier S., 2010. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

- Depkes RI. 2011. *Buku Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta: Departemen Kesehatan dan JICA..
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2013. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
- Pradanie. 2015. Dukungan terhadap breastfeeding self Efikasi dan keberhasilan menyusui pada ibu post partum. *Ners*. Edisi 10
- RISKESDAS. 2013. *Badan Penelitian Pengembangan Kesehatan, DepKes RI*.
- Roesli, Utami, 2013, *Mengenal ASI Eksklusif*. PT Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara: Jakarta..
- Roesli. 2013. *Inisiasi Menyusu Dini dan ASI Eksklusif*. Pustaka Bunda : Jakarta
- Wulandari, A. (2010). Hubungan atara tingkat self regulation dengan tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa UIN Malang. *Skripsi*. Fakultas Psikologi UIN Malang
- Zakiah; etc. (2012). Efikasi Diri Dan Lama Pemberian Air Susu Ibu Saja Selama 2 Bulan Postpartum. *Gaster*. 9(2)
- Zhu, Jiemin. (2012). Predictors of breast feeding self-efficacy among Chinese mothers: A cross-sectional questionnaire survey. *Midwifery* (30)