

# PEMBERDAYAAN WANITA: PELATIHAN DAN MANAJEMEN LAKTASI PADA IBU BEKERJA DI INSTITUSI PENDIDIKAN DI MEDAN

**Fatwa Imelda<sup>1</sup>, Nur Afi Darti<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Sumatera Utara  
E-mail : [fatwaimelda05@gmail.com](mailto:fatwaimelda05@gmail.com)

## **Abstrak**

Air Susu Ibu (ASI) menjadi salah satu program world health organization. Profil data kesehatan Indonesia tahun 2015 menunjukkan cakupan pemberian ASI Eksklusif di Indonesia masih rendah, persentase bayi yang menyusu eksklusif 0 sampai 6 bulan sebanyak 55,7% lebih rendah dari tahun 2011 yaitu 61,5%. Beberapa permasalahan terkait pencapaian ASI eksklusif di Provinsi Sumatera Utara adalah masih banyaknya institusi yang mempekerjakan perempuan tidak memberi kesempatan bagi ibu yang memiliki bayi 0-6 bulan untuk melaksanakan pemberian ASI secara eksklusif yang terbukti dengan belum tersedianya ruang laktasi dan perangkat pendukungnya ; dan masih banyaknya tenaga kesehatan ditingkat layanan yang belum peduli atau belum berpihak pada pemenuhan hak bayi untuk mendapatkan ASI Eksklusif. Untuk itu tim dari Fakultas Keperawatan USU mengupayakan peningkatan cakupan pemberian ASI khususnya ASI Eksklusif dengan membuat fasilitas bagi ibu menyusui dan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan menyusui melalui pengabdian masyarakat tentang Manajemen Laktasi. Seluruh ibu-ibu mempunyai pengetahuan dan kemampuan untuk melakukan manajemen laktasi. Diharapkan oleh kedua institusi pendidikan ini, agar tim dapat terus melaksanakan pengabdian masyarakat di kedua tempat ini.

**Kata Kunci:** Pemberdayaan wanita, Manajemen laktasi

## **Abstract**

Breast Milk is one of the world health organization programs. The profile of Indonesia's health data for 2015 shows the scope of administration. Exclusive breastfeeding in Indonesia is still low, the percentage of infants breastfeeding exclusively 0 to 6 months is 55.7% lower than in 2011, which was 61.5%. Some of the problems related to achieving exclusive breastfeeding in North Sumatra Province are that there are still many institutions that employ women not giving an opportunity for mothers who have babies 0-6 months to carry out exclusive breastfeeding as evidenced by the unavailability of lactation rooms and supporting devices; and there are still many health workers at the service level who have not cared for or have not side with the fulfillment of the baby's right to get exclusive breastfeeding. For this reason, the team from the Universitas Sumatera Utara, Faculty of Nursing sought to increase the coverage of exclusive breastfeeding specifically by making facilities for breastfeeding mothers and increasing breastfeeding knowledge and skills through community service about Lactation Management. All mothers have the knowledge and ability to carry out lactation management. It is expected by these two educational institutions, so that the team can continue to carry out community service in these two places.

**Keywords:** women's empowerment, lactation management

## **PENDAHULUAN**

Pencapaian ASI eksklusif sampai saat ini masih merupakan sebuah permasalahan di Provinsi Sumatera Utara. Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara (2014) menyatakan angka cakupan pemberian ASI eksklusif hanya sebesar 51,2% dan masih terdapat banyak Kabupaten di Provinsi Sumatera Utara yang pencapaian ASI eksklusifnya di bawah rencana strategis Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara (Depkes RI, 2011).

Di antara beberapa permasalahan terkait pencapaian ASI eksklusif di Provinsi Sumatera Utara adalah masih banyaknya institusi yang mempekerjakan perempuan tidak memberi kesempatan bagi ibu yang memiliki bayi 0-6 bulan untuk melaksanakan pemberian ASI secara eksklusif yang terbukti dengan belum tersedianya ruang laktasi dan perangkat pendukungnya; dan masih banyaknya tenaga kesehatan ditingkat layanan yang belum

peduli atau belum berpihak pada pemenuhan hak bayi untuk mendapatkan ASI Eksklusif, yaitu masih mendorong untuk memberi susu formula pada bayi 0-6 bulan (Kemenkes RI, 2015). Berdasarkan latar belakang tersebut, tim pengusul tergerak untuk melakukan pengabdian masyarakat untuk dapat meningkatkan cakupan ASI eksklusif dengan mitra kelompok ibu bekerja di perusahaan.

Mitra pertama dalam usulan pengabdian masyarakat ini adalah kelompok ibu bekerja di institusi pendidikan swasta Al-Azhar Medan. Institusi ini memiliki karyawan yang dominan adalah wanita (95%) dan masih berusia reproduktif (85%). Di antara karyawan-karyawan wanita ini terdapat sekelompok ibu yang memiliki kebutuhan untuk dapat memberikan ASI pada bayinya. Kelompok ibu ini telah memiliki anak pertama dimana pengalaman menyusui anak pertama tidak semuanya berhasil. Hanya beberapa orang saja ibu yang berhasil memberikan ASI eksklusif pada bayinya (15%). Kelompok ibu ini sangat menyadari pentingnya memberikan ASI pada bayi. Oleh karena itu mereka berharap dapat memberikan ASI eksklusif pada anak yang berikutnya nanti, karena kelompok ibu ini berencana untuk menambah jumlah anak.

Institusi Al-Azhar tempat kelompok ibu bekerja telah memberlakukan peraturan cuti kehamilan dan melahirkan bagi karyawan wanita. Pemberlakuan cuti kehamilan dan melahirkan yang telah dijalani oleh kelompok ibu ini adalah satu setengah bulan setelah melahirkan. Selama satu setengah bulan setelah melahirkan, kelompok ibu ini dapat memberikan ASI pada bayinya. Namun, setelah kembali bekerja, ibu tidak dapat secara *full* memberikan ASI pada bayi sehingga harus diselingi pemberian susu formula apalagi jam kerja mulai dari pukul 07.00-16.00 WIB. Hal ini sangat disayangkan mengingat *World Health Organization* sejak tahun 2001 telah merekomendasikan pemberian ASI dilakukan pada bayi mulai usia 0-6 bulan dan tidak menganjurkan pemberian susu formula pada bayi di bawah 6 bulan karena memiliki banyak kerugian yang telah diteliti secara ilmiah (WHO, 2011).

Kelompok ibu pernah mendengar informasi bahwa ASI dapat diperah, disimpan dan diberikan pada bayi ketika ibu sedang bekerja, namun ibu-ibu muda ini tidak mengetahui detail informasi mengenai manajemen ASI Perahan (ASIP). Ibu juga tidak mengetahui teknik yang benar dalam pemerahan, penyimpanan dan pemberian ASIP.

Ibu-ibu ini belum pernah mendapatkan informasi tentang Manajemen ASI secara umum, dan tentang ASI Eksklusif secara khusus. Selain itu sarana prasarana seperti ruang untuk manajemen laktasi tidak tersedia. Pengetahuan mengenai teknik manajemen ASIP juga belum pernah didapatkan, maka sebagian besar ibu tidak dapat memaksimalkan pemerahan dan pemberian ASI sehingga tidak memiliki pilihan selain memberikan susu formula.

Oleh karena itu ketika tim pengusul berdiskusi dengan kelompok ibu ini dan pimpinan yang kebetulan wanita juga, mereka sangat mengharapkan agar kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat direalisasikan. Mereka berharap untuk dapat diberikan informasi dan edukasi terkait manajemen ASIP dan pelatihan mengenai teknik menyusui, teknik pemerahan, penyimpanan dan pemberian ASIP yang benar. Kelompok ini juga berharap untuk dapat difasilitasi dengan peralatan yang dibutuhkan dalam manajemen ASIP sehingga dapat memaksimalkan pemerahan ASI. Melalui pemberian ASI yang maksimal, ibu-ibu ini berharap dapat mengalokasikan pendapatan per bulan yang biasanya hilang untuk pembelian susu formula, dan menggunakannya untuk kepentingan prioritas lainnya. Kelompok ibu ini juga sangat antusias untuk dapat menjadi *local champions/role model* bagi ibu-ibu lainnya dalam hal pemberian ASI eksklusif sehingga semakin banyak ibu-ibu di tempat mereka bekerja yang dapat memberikan ASI eksklusif.

Mitra kedua juga adalah institusi pendidikan swasta yaitu Azizi. Lokasi ini dijadikan mitra karena mempunyai karakteristik yang sama dengan mitra pertama. Karyawan dominan adalah para ibu dengan usia reproduktif. Permasalahan yang sama dialami para ibu, setelah cuti

melahirkan berakhir maka bayi mendapatkan ASI hanya setelah ibu pulang dari bekerja. Jam kerja rata-rata 7-8 jam setiap hari, belum lagi jika ada jadwal bimbingan. Hal ini berisiko memungkinkan terjadinya bendungan ASI yang menyebabkan ketidaknyamanan ibu dan yang lebih parah lagi adalah menyebabkan gangguan produksi ASI dari berkurang sampai dengan berhenti.

Berdasarkan uraian tersebut, maka penting untuk dilakukannya Ipteks bagi Masyarakat (IbM) mengenai manajemen laktasi pada ibu bekerja dengan sasaran yaitu kelompok ibu bekerja khususnya diinstitusi pendidikan yang dominan memiliki karyawan wanita. Dengan demikian diharapkan dapat berkontribusi kedepannya kepada meningkatnya cakupan pemberian ASI eksklusif dan semakin banyaknya ibu yang akan tergerak untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya.

## **METODE**

Berbagai permasalahan yang dihadapi mitra dapat diatasi dengan menerapkan beberapa strategi dalam penyelesaian masalah. Kegiatan yang dilakukan untuk membantu mengatasi permasalahan yang dialami mitra pertama adalah memberikan pendidikan kesehatan mengenai ASI eksklusif, memberikan pelatihan psikomotor manajemen ASI Perahan (ASIP), dan menyediakan beberapa peralatan ASIP yang tidak tersedia di ruang laktasi, serta mendesain ulang ruangan laktasi untuk meningkatkan kenyamanan ibu.

Kegiatan dilakukan kepada ibu pekerja sebagai mitra pertama dan kedua. Ibu pekerja dipilih berdasarkan tingginya rasa memiliki perhatian terhadap pemberian ASI eksklusif di tempat ibu-ibu bekerja dan memiliki motivasi tinggi untuk pemberian ASI eksklusif. Ibu-ibu ini juga memiliki karakteristik yang berbeda-beda, yaitu ibu hamil anak pertama, atau lebih, ibu sedang perencanaan kehamilan, ibu sama sekali tidak bisa memberikan ASI karena ASI kering, ibu bisa memberikan ASI tetapi dicampur susu formula, dan ibu bisa memberikan ASI dan ASIP tetapi tekniknya belum tepat. Dengan karakteristik yang berbeda-beda ini, ibu-ibu tersebut berharap

pengetahuan dan keterampilan yang diajarkan dapat lebih luas mencakup beberapa permasalahan tersebut.

Kegiatan pelatihan yang dilakukan kepada mitra yaitu dihari pertama dilaksanakan pemberian soal pre-test berisi 12 soal MCQ dengan alokasi waktu menjawab selama 15 menit. Kegiatan dilanjutkan dengan memberikan pendidikan kesehatan ASI eksklusif pada ibu bekerja dengan materi manfaat ASI dan menyusui, perilaku tidak tepat seputar menyusui, kerugian pemberian susu formula dan praktik laktasi yang efektif. Materi disampaikan melalui presentasi menggunakan *power point slides*, pemutaran video dan demonstrasi. Peralatan yang digunakan yaitu laptop dan infocus. Materi disampaikan selama 180 menit dengan 30 menit istirahat.

Dihari kedua, kegiatan yang dilakukan kepada mitra yaitu pelatihan manajemen ASI Perahan dengan materi mempertahankan menyusui, memerah ASI, menyimpan ASI perahan, memberikan ASI perahan dan praktik manajemen ASI Perahan. Presentasi menggunakan *power point slides*, demonstrasi dan redemonstrasi. Peralatan yang digunakan yaitu laptop, infocus, *mannequin* bayi, *container*, botol kaca ASIP dan peraga phantom payu dara. Kegiatan dilakukan selama 180 menit dengan 30 menit istirahat.

Kegiatan selanjutnya yaitu mendesain ulang ruang laktasi dimana peralatan yang digunakan yaitu stiker kartun dan bayi, perekat, dan poster-poster ASI eksklusif pada ibu bekerja. Kegiatan diakhiri dengan memberikan soal post-test.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Perilaku seseorang dipengaruhi oleh faktor predisposisi (pengetahuan, sikap, dan karakteristik, demografi), faktor pendukung (pelatihan, lama kerja, dan sosialisasi) dan faktor penguat (kebijakan tempat kerja, supervisi) (Notoatmodjo, 2010). Kegiatan pengabdian masyarakat ini, dilaksanakan oleh tim dalam 2 (dua) waktu yang berbeda, yaitu 2 (dua) waktu di SD Model Al-Azhar Medan, dan 2 (dua) waktu di sekolah Azizi Medan. Waktu tersebut diperuntukkan yaitu untuk: 1) persiapan ruangan laktasi termasuk

fasilitas sarana dan prasarananya. 2) pemberian penyuluhan kesehatan tentang manajemen laktasi.

Pada pelaksanaan tahap persiapan fasilitas ruangan laktasi, sebelumnya tim berkoordinasi dengan kepala sekolah terkait ruangan yang akan digunakan dan sarana dan prasarana apa saja yang akan disiapkan di ruangan tersebut. Setelah waktu sesuai dan disepakati serta ruangan yang akan digunakan tersedia, maka tim mulai melakukan penyiapan ruangan manajemen laktasi. Kegiatan ini dilaksanakan selama 1 (satu) hari penuh. Mulai dari mempersiapkan alat pendingin ASI yaitu Refrigerator, melakukan penempelan berbagai macam stiker menarik, dan pemasangan ambal dan ditambah dengan bantal-bantal sehingga ruangan benar-benar nyaman dan terjamin untuk mempersiapkan ibu-ibu memerah ASI atau menyusui bayinya. Pada kegiatan tahap 1 (satu), telah mulai dilaksanakan sejak 1 minggu sebelum dilaksanakan penyuluhan. Di sekolah model Perguruan Al-Azhar Medan telah dilaksanakan dibantu oleh mahasiswa. Pengerjaan mulai dari menempel stiker, menyusun perabotan seperti kulkas, tempat tidur, sampai dengan menyapu dan mengepel ruangan. Di sekolah perguruan Azizi juga telah dilaksanakan. Kegiatan yang dilaksanakan juga sama yaitu mulai dari menempel stiker, menyusun perabotan, dan membersihkan ruangan.

Kegiatan ini menghasilkan fasilitas Manajemen laktasi yaitu sarana dan prasarana untuk ibu menyusui fasilitas ini meliputi sarana untuk memerah ASI seperti tersedianya breast pump (pompa ASI), fasilitas untuk deposit ASI yaitu penyimpanan ASI di dalam kulkas (*refrigerator*), serta ruangan yang nyaman untuk ibu menyusui bayi yaitu ruangan yang sejuk dan nyaman.



Untuk kegiatan tahap 2 (dua), tim melaksanakan penyuluhan dan beberapa demonstrasi dalam melakukan manajemen laktasi. Materi yang disampaikan merupakan beberapa item penting untuk proses menyusui, seperti; 1) Manfaat ASI dan menyusui, 2) Perilaku tidak tepat seputar menyusui, 3) Mitos menyusui, 4) Kerugian pemberian susu formula, 5) Praktik laktasi yang efektif. Materi ini dianggap penting karena merupakan dasar untuk berpikir untuk memahami tentang laktasi. Disamping juga disampaikan tentang ASI Eksklusif sebagai program pemerintah.

Pada tahap 2 (dua) ini, selain tim pengabdian masyarakat, juga melibatkan konselor ASI yang memberikan informasi penting terkait laktasi dan permasalahannya. Konselor juga membahas berbagai macam trik agar proses laktasi tercapai. Melakukan teknik menyusui juga menjadi informasi yang diajarkan dan didemonstrasikan oleh konselor ASI, karena kegagalan menyusui dan memberikan ASI secara eksklusif juga dapat disebabkan oleh ketidakmampuan dalam melakukan teknik menyusui. Berikut beberapa dokumentasi terkait pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat pada tahap 2 (dua).

Pelaksanaan kegiatan ini diikuti oleh seluruh guru-guru perempuan yang ada di sekolah model perguruan Al-Azhar dan Azizi Medan. Kegiatan penyuluhan dan demonstrasi ini mendapatkan sambutan yang baik dan respon positif dari seluruh guru.

Hasil kegiatan ini mendapati bahwa pengetahuan dan kemampuan ibu sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan berbeda, yaitu terdapat peningkatan pengetahuan dan kemampuan ibu-ibu tentang Manajemen Laktasi.

Salah satu penyebab rendahnya pemberian ASI di Indonesia adalah kurangnya pengetahuan ibu hamil, keluarga dan masyarakat akan pentingnya ASI. Masalah ini diperparah dengan gencarnya promosi susu formula dan kurangnya dukungan dari masyarakat, termasuk institusi yang mempekerjakan perempuan

yang belum memberikan tempat dan kesempatan bagi ibu menyusui di tempat kerja (Depkes RI, 2011). Hasil penelitian Septiani juga menemukan bahwa pemberian ASI eksklusif lebih banyak pada responden yang pernah mengikuti pelatihan manajemen laktasi maupun pelatihan terkait menyusui (66. 7%) dibandingkan yang tidak pernah mengikuti pelatihan (55. 6%) (Septiani dkk, 2017).



## KESIMPULAN

Setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat yang berjudul “Pemberdayaan wanita ; Pelatihan dan Manajemen laktasi pada ibu bekerja di institusi pendidikan di Medan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: a) Kegiatan ini membantu menyediakan fasilitas bagi ibu menyusui yang bekerja untuk melakukan manajemen laktasi seperti pemerah ASI dan menyimpan ASI serta berbagai kemampuan menyusui seperti teknik menggendong bayi, berbagai posisi menyusui, dan memberikan ASI yang sudah diperah. b) Ibu-ibu menyusui maupun yang akan menyusui memerlukan pengetahuan yang baik seputar menyusui dan

manajemennya sehingga akan meningkatkan kemampuan ibu untuk tetap memberikan ASI. c) kegiatan ini dapat meningkatkan cakupan ASI Eksklusif walaupun dalam kondisi ibu bekerja.

## SARAN

Hendaknya kegiatan yang mendukung program pemerintah yaitu ASI Eksklusif dapat terus didukung sehingga cakupan ASI Eksklusif diharapkan dapat mencapai target pemerintah. Perlu adanya kegiatan yang sifatnya berkesinambungan untuk mendukung pencapaian target ASI Eksklusif, seperti Pelatihan Kader Pendamping Ibu menyusui.

## REFERENSI

- Departemen Kesehatan RI. 2011. Banyak Sekali Manfaat ASI Bagi Bayi dan Ibu. <http://www.bppsdmk.depkes.go.id>. Diakses tanggal 10 Nopember 2018.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2015. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014*. Jakarta: Sekretariat Jenderal Kementerian Kesehatan.
- Notoatmodjo, S. 2010 *Ilmu Perilaku Kesehatan* Jakarta: Rineka Cipta.
- Septiani, Hanulan, B. Artha, Karbito. 2017. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif Oleh Ibu Menyusui yang Bekerja Sebagai Tenaga Kesehatan*. *Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 159-174.
- World Health Organization, 2011. *Community based Strategies for Breastfeeding Promotion and Support in Developing Countries*. Geneva.