

The INCREASING KNOWLEDGE ABOUT EXCLUSIVE BREAST MILK AND BREASTFEEDING

by Sri Wardini Puji Lestari

Submission date: 21-Mar-2022 05:12AM (UTC-0500)

Submission ID: 1789128093

File name: ING_KNOWLEDGE_ABOUT_EXCLUSIVE_BREAST_MILK_AND_BREASTFEEDING.pdf (308.93K)

Word count: 2349

Character count: 14476

INCREASING KNOWLEDGE ABOUT EXCLUSIVE BREAST MILK AND BREASTFEEDING

Sri Wardini Puji Lestari¹, Zulfa Rufaida²

¹Kebidanan STIKES Majapahit, stikesmajapahit.ac.id

ABSTRACT

Pendahuluan : Upaya peningkatan penggunaan air susu ibu (ASI) telah disepakati secara global. WHO dan UNICEF dengan Deklarasi Innocenti (September 1990) dan Konferensi Puncak untuk anak (September 1991) menetapkan bahwa untuk mencapai status kesehatan ibu dan anak yang optimal, semua wanita harus dapat memberikan ASI saja sampai bayi berusia 4-6 bulan (menyusui secara eksklusif), memberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI) tepat pada waktunya dan terus memberikan ASI sampai anak berusia 2 tahun. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan ibu tentang ASI Eksklusif dan meningkatkan ketrampilan menyusui yang benar. **Metode** yang digunakan adalah metode ceramah, diskusi, role play dan pendampingan, Sasaran adalah ibu hamil trimester III dan ibu menyusui dengan usia bayi \leq 6 bulan di Desa Pagerngumbuk Kec. Wonoayu Kab. Sidoarjo, pelaksanaan kegiatan bulan Maret - Agustus 2018, Metode analisa yang digunakan dengan distribusi frekuensi. **Hasil** yang diperoleh, peserta penyuluhan sebanyak 20 dengan hasil nilai means pre test 44,5 dan post test 74,75, Hasilnya signifikan terjadi peningkatan pengetahuan 0.000 dengan nilai $t = - 27.840$, Dan 95% CI antara - 31.02 - -26.71 artinya pengaruhnya kuat karena tidak melewati angka 1; pemberian perlakuan bisa meningkatkan 2-3 x pengetahuan dibanding dengan tidak diberikan. Sedangkan untuk pendampingan pemberian ASI jumlah peserta 20 responden. **Simpulan** peserta penyuluhan antusias terhadap materi yang disampaikan, peserta aktif dalam kegiatan diskusi dengan dibuktikan adanya umpan balik pertanyaan, serta saat kegiatan role play peserta aktif mengikuti gerakan yang diajarkan penyaji. Terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil trimester III dan Ibu menyusui dengan usia bayi \leq 6 bulan tentang ASI Eksklusif dan teknik menyusui. Petugas kesehatan selalu memberikan informasi tentang ASI Eksklusif dan teknik menyusui kepada ibu hamil trimester III dan Ibu menyusui dengan usia bayi \leq 6 bulan secara berkesinambungan.

Kata kunci: ASI eksklusif, teknik menyusui

ABSTRACT

Introduction : Efforts to increase the use of breast milk (ASI) have been agreed globally. WHO and UNICEF with the Innocenti Declaration (September 1990) and the Summit for children (September 1991) determined that in order to achieve optimal maternal and child health status, all women should be able to only breastfeed until the baby is 4-6 months old (exclusively breastfeeding), give complementary foods to breast milk (MP-ASI) on time and continue to breastfeed until the child is 2 years old. The purpose of this community service is to increase mother's knowledge about exclusive breastfeeding and improve correct breastfeeding skills. **The methods** used are lecture, discussion, role play and mentoring methods. The targets are third trimester pregnant women and breastfeeding mothers with babies aged 6 months in Pagerngumbuk Village, Kec. Wonoayu Kab. Sidoarjo, the implementation of activities in March - August 2018, The analytical method used is frequency distribution. **The results** obtained, as many as 20 counseling participants with the results of the means pre test value of 44.5 and post test of 74.75, the result is a significant increase in knowledge of 0.000 with a value of $t = - 27.840$, and 95% CI between - 31.02 - -26.71 meaning that the effect is strong because it does not pass the number 1; giving treatment can increase 2-3 times knowledge compared to not given. Meanwhile, for breastfeeding assistance, the number of participants was 20 respondents. **The conclusion** is counseling participants were enthusiastic about the material presented, active participants in discussion activities with evidence of question feedback, and during role play activities participants actively followed the movements taught by the presenter. There was an increase in knowledge of pregnant women in the third trimester and breastfeeding mothers with babies aged 6 months about exclusive breastfeeding and breastfeeding techniques. Health workers always provide information about exclusive breastfeeding and breastfeeding techniques to pregnant women in the third trimester and breastfeeding mothers with babies aged 6 months with continuity.

Keywords: exclusive breastfeeding, breastfeeding technique.

PENDAHULUAN

Upaya peningkatan penggunaan air susu ibu (ASI) telah disepakati secara global. WHO dan UNICEF dengan Deklarasi Innocenti (September 1990) dan Konferensi Puncak untuk anak (September 1991) menetapkan bahwa untuk mencapai status kesehatan ibu dan anak yang optimal, semua wanita harus dapat memberikan ASI saja sampai bayi berusia 4-6 bulan (menyusui secara eksklusif), memberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI) tepat pada waktunya dan terus memberikan ASI sampai anak berusia 2 tahun. WHO mendefinisikan ASI Eksklusif sebagai pemberian makan kepada bayi hanya dengan ASI saja, tanpa makanan atau cairan lain (termasuk susu formula) kecuali obat, vitamin, dan mineral. Praktik pemberian ASI telah dilakukan di seluruh lapisan masyarakat di seluruh dunia. Pemberian ASI eksklusif memberikan banyak keuntungan karena biayanya yang murah, nutrisi yang lengkap bagi bayi, perlindungan terhadap infeksi termasuk diare pada bayi infeksi saluran nafas, obesitas atau kegemukan, serta perdarahan dan paritas ibu.

Pada kondisi yang kurang menguntungkan seperti di negara-negara berkembang, di mana masyarakat mempunyai keterbatasan ekonomi dan hygiene, pemberian ASI merupakan cara pemberian makanan yang sangat tepat dan kesempatan terbaik bagi kelangsungan hidup bayi, serta dapat mempertemukan kebutuhan ibu dan anak. ASI merupakan makanan yang bergizi sehingga tidak memerlukan tambahan komposisi. Di samping itu, ASI mudah dicerna oleh bayi dan langsung terserap. Diperkirakan 80% dari jumlah ibu yang melahirkan ternyata mampu menghasilkan air susu dalam jumlah yang cukup untuk keperluan bayinya secara penuh tanpa makanan tambahan selama enam bulan pertama. Bahkan ibu yang gizinya kurang baikpun sering dapat menghasilkan ASI cukup tanpa makanan tambahan selama tiga bulan pertama. Bayi yang sehat akan

mengonsumsi sekitar 700-800 ml ASI setiap hari. Akan tetapi penelitian yang dilakukan pada beberapa kelompok ibu dan bayi menunjukkan terdapatnya variasi dimana seseorang bayi dapat mengonsumsi sampai 1 liter selama 24 jam, meskipun kedua anak tersebut tumbuh dengan kecepatan yang sama. Konsumsi ASI selama satu kali menyusui atau jumlahnya selama sehari penuh sangat bervariasi. Ukuran payudara tidak ada hubungannya dengan volume air susu yang diproduksi. Pemberian ASI eksklusif akan memberikan sistem imun/kekebalan tubuh alami bagi bayi baru lahir hingga berusia 1 tahun yang masih rentan terhadap penyakit, sehingga secara tidak langsung ASI eksklusif berperan dalam penurunan angka kematian neonatal. ASI mengandung kolostrum yang sangat diperlukan bayi dalam tumbuh kembangnya. Dengan memberikan susu pertama yang mengandung kolostrum, diharapkan bayi mampu melampaui tahun pertamanya dari penyakit yang dapat menyebabkan penurunan kesehatan.

METODE

Metode yang digunakan adalah metode ceramah, diskusi, role play dan pendampingan. Sasaran adalah ibu hamil trimester III dan ibu menyusui dengan usia bayi ≤ 6 bulan di Desa Pagergumbuk Kec. Wonoayu Kab. Sidoarjo, pelaksanaan kegiatan bulan Maret - Agustus 2018, Metode analisa yang digunakan dengan distribusi frekuensi.

HASIL & PEMBAHASAN

1. Ceramah, Diskusi, Role play

Pelaksanaan penyuluhan tentang ASI Eksklusif dan pendampingan pemberian ASI diawali dengan kontrak waktu dengan peserta yaitu saat kegiatan posyandu dengan waktu penyajian 90 menit dan jumlah peserta yang hadir disesuaikan dengan criteria yaitu ibu hamil trimester III dan ibu

menyusui dengan usia bayi ≤ 6 bulan sebanyak 20 peserta. Kegiatan diawali dengan pre test, kemudian kegiatan inti yaitu penyuluhan dengan metode ceramah, diskusi, dan role play, kemudian dilanjutkan dengan post test. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 8 Mei 2018 di rumah warga

2. Pendampingan

Pendampingan dilakukan selama tiga kali, dan disetiap kegiatan pendampingan dibantu oleh mahasiswa dengan jadwal sebagai berikut:

- a. Pendampingan 1 dilaksanakan tanggal 6 Juni 2018
- b. Pendampingan 2 dilaksanakan tanggal 13 Juni 2018
- c. Pendampingan 3 dilaksanakan tanggal 11 Juli 2018

3. Pelaporan

Evaluasi dari kegiatan PKM dapat disimpulkan bahwa peserta penyuluhan ASI Eksklusif dan pendampingan pemberian ASI antusias terhadap materi yang disampaikan, peserta aktif dalam kegiatan diskusi dengan dibuktikan adanya umpan balik pertanyaan, serta saat kegiatan role play peserta aktif mengikuti gerakan yang diajarkan penyaji. Kegiatan tersebut sangat bermanfaat untuk menambah pengetahuan ibu hamil trimester III dan ibu menyusui tentang ASI Eksklusif dan cara menyusui yang benar.

Tabel .1. Distribusi Frekuensi Nilai Sebelum Dan Sesudah Pelaksanaan penyuluhan ASI Eksklusif

NO Respon den	Sebelum	Sesudah	Range
1	50	70	20
2	50	80	30
3	60	80	20
4	40	85	45

5	40	70	30
6	40	70	30
7	40	80	40
8	50	70	20
9	30	80	50
10	30	70	40
11	50	70	20
12	50	70	20
13	60	85	25
14	60	85	25
15	40	70	30
16	30	70	40
17	40	70	30
18	50	70	20
19	50	80	30
20	30	70	40
Mean	44,5	74,75	30,25

Dari Tabel .1 menunjukkan nilai pre test dan post test peserta penyuluhan mengalami peningkatan nilai, yang artinya terjadi perubahan pengetahuan tentang ASI Eksklusif, Hasilnya signifikan terjadi peningkatan pengetahuan 0.000 dengan nilai $t = -27.840$, Dan 95% CI antara $-31.02 - -26.71$ artinya pengaruhnya kuat karena tidak melewati angka 1; pemberian perlakuan bisa meningkatkan 2-3 x pengetahuan dibanding dengan tidak diberikan.

ROLE PLAY

Peserta secara bergantian diminta untuk mempraktikkan teknik menyusui, diawasi oleh petugas dan dipraktekkan oleh tiga pasang peserta.

PENDAMPINGAN

Pendampingan dilakukan selama tiga kali, dan disetiap kegiatan pendampingan dibantu oleh mahasiswa dengan hasil sebagai berikut:

1. Pendampingan 1 dilaksanakan tanggal 6 Juni 2018 hasilnya 5 peserta
2. Pendampingan 2 dilaksanakan tanggal 13 Juni 2018 hasilnya 6 peserta
3. Pendampingan 3 dilaksanakan tanggal 11 Juli 2018 hasilnya 4 peserta

Selama pelaksanaan pendampingan menyusui hampir $\geq 75\%$ dapat melakukan dengan benar.

PEMBAHASAN

Hasil kegiatan diatas menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu hamil trimester III dan ibu menyusui dengan usia anak ≤ 6 bulan tentang ASI eksklusif dan teknik menyusui, hal tersebut dapat dilihat dengan terjadinya peningkatan nilai rata – rata peserta dari 44.5 menjadi 74.75 serta pelaksanaan pendampingan pemberian ASI $\geq 75\%$ dapat dilakukan dengan benar.

Pengertian dari pendidikan kesehatan menurut Notoatmodjo (2005) merupakan suatu kegiatan atau usaha untuk menyampaikan pesan tentang kesehatan kepada individu, kelompok atau masyarakat. Pendidikan kesehatan atau penyuluhan merupakan salah satu upaya untuk mencegah terjadinya sakit atau penyakit dan meningkatkan kemauan serta kemampuan masyarakat melalui pembelajaran sehingga diharapkan masyarakat dapat menolong dirinya sendiri dan juga mau untuk berperilaku hidup sehat ataupun dapat mempertahankan perilaku sehat yang sudah dimilikinya. (Kholid, 2012)

Pengetahuan adalah hasil yang didapatkan dari mengetahui yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan seseorang dapat diperoleh dari proses belajar, dalam proses belajar sendiri terdapat faktor yang mempengaruhi seperti motivasi, sarana informasi, maupun social budaya. Pengetahuan merupakan sesuatu yang dibentuk secara terus - menerus yang akan mengalami reorganisasi oleh pemahaman - pemahaman yang baru (Budiman dan Riyanto, 2013)

Pendidikan kesehatan tentang ASI eksklusif ini bertujuan untuk memberikan informasi kepada responden tentang pengertian, manfaat, kapan, dan interpretasi. Penelitian Gupta, et al(2009)menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan dapat

meningkatkan pengetahuan dan praktek seorang warga dalam menyusui (teknik menyusui).Artinya pendidikan kesehatan berupaya agar individu, kelompok, atau masyarakat dapat menyadari atau mengetahui bagaimana cara untuk memelihara kesehatan, menghindari atau mencegah hal - hal yang dapat merugikan kesehatan. Hal ini dijelaskan dalam penelitian Shalini and Nayak (2011)bahwa dengan pendidikan kesehatan tentang ASI eksklusif dapat membantu ibu untuk bisa memberikan ASI secara eksklusif pada bayinya.

Tetapi secara umum peningkatan pengetahuan tersebut terjadi karena dipengaruhi oleh factor - faktor seperti informasi dari luar/media massa, pengalaman, pendidikan, usia, dan lingkungan. Karena sebagian besar responden berpendidikan SLTA sehingga pengetahuan dan pengalaman responden lebih banyak, selain itu hampir semua responden aktif kegiatan posyandu dan kegiatan – kegiatan keagamaan, dimana dalam kegiatan tersebut sering kali dilakukan penyuluhan oleh petugas kesehatan setempat.

Hasil dari pendampingan pelaksanaan menyusui bahwa peserta dapat melakukan dengan baik hampir $\geq 75\%$. Prilaku seseorang akan dipengaruhi oleh pengetahuan, semakin baik pengetahuan seseorang tentang kesehatan maka orang tersebut akan melakukan pemeliharaan kesehatan dengan baik. Hal ini sesuai dengan penelitian Ariyanty (2012) tentang efektifitas pendidikan kesehatan tentang ASI eksklusif terhadap sikap ibu dalam memberikan ASI, menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dapat mempengaruhi sikap untuk menyusui. Seseorang sebelum melakukan suatu aktivitas atau perbuatan perlu adanya motivasi atau dorongan baik dari dalam maupun dari luar.

Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian Tita Restu Yuliasri Hidayati, dan Evi Setyaningrum (2012) tentang tingkat pengetahuan tentang menyusui dengan

pelaksanaan teknik menyusui di Desa Panggunharjo Kec. Sewon Kab. Bantul menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik akan mempengaruhi teknik menyusui yang benar metode demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan praktik menyusui. Karena metode demonstrasi lebih mudah untuk menunjukkan pengertian, ide, dan prosedur tentang suatu hal untuk memperlihatkan bagaimana cara melaksanakan suatu tindakan.

Keinginan yang kuat dari responden dan dukungan keluarga sangat berpengaruh terhadap kemampuan responden dalam melaksanakan menyusui dengan benar. Selain itu responden juga menginginkan agar saat menyusui tidak terjadi masalah seperti puting susu lecet, payudara bengkak, sehingga responden antusias untuk belajar dengan baik teknik menyusui yang benar.

A. SIMPULAN DAN SARAN

Peserta penyuluhan antusias terhadap materi yang disampaikan, peserta aktif dalam kegiatan diskusi dengan dibuktikan adanya umpan balik pertanyaan, serta saat kegiatan role play peserta aktif mengikuti gerakan yang diajarkan penyaji. Terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil trimester III dan Ibu menyusui dengan usia bayi ≤ 6 bulan tentang ASI Eksklusif dan teknik menyusui.

Petugas kesehatan selalu memberikan informasi tentang ASI Eksklusif dan teknik menyusui kepada ibu hamil trimester III dan

Ibu menyusui dengan usia bayi ≤ 6 bulan secara berkesinambungan

DAFTAR PUSTAKA

- Bahiyatun. 2009. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal. Jakarta: EGC
- Cadwel 2012. Manajemen Laktasi. Jakarta EGC
- Kholid, Ahmad. 2012. Promosi Kesehatan: Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media, Dan Aplikasinya. Jakarta: Rajawali Pers
- Kristiyansari, 2009. ASI, Menyusui & SADARI. Yogyakarta : Nuha Medika
- Lee, 2009.
- Maryunani. 2012. Ilmu Kesehatan Anak Dalam Kebidanan. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Mitayani. 2009. Asuhan Keperawatan Maternitas. Jakarta: Salemba Medika
- Notoatmodjo, S. 2005. Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi. Jakarta: Rineka Cipta
- Prasetyono, 2012. Buku Pintar ASI Eksklusif. Yogyakarta : Diva Press
- Riksani. 2012. Keajaiban ASI (Air Susu Ibu). Jakarta : Dunia Sehat
- Sari, Natalia Desty Kartika. 2012. Motivasi Bidan Desa Dalam Pelaksanaan Program ASI Eksklusif di Puskesmas Bergas, Kabupaten Semarang. Jurnal Kesehatan Masyarakat Vol. 1 (2): 91-98.
- Widodo, Yekti. 2011. Cakupan Pemberian ASI Eksklusif : Akurasi dan Interpretasi Data Survei dan Laporan Program. Gizi Indonesia Vol 34 (2): 10-108.

The INCREASING KNOWLEDGE ABOUT EXCLUSIVE BREAST MILK AND BREASTFEEDING

ORIGINALITY REPORT

13%

SIMILARITY INDEX

13%

INTERNET SOURCES

0%

PUBLICATIONS

0%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

eprints.ums.ac.id

Internet Source

13%

Exclude quotes On

Exclude matches < 180 words

Exclude bibliography On