



Penyuluhan Asi Eksklusif dan Manajemen Asi Perah Secara Daring Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Menyusui di Masa Pandemi

Naili Fajriyah ✉, Meliana Dwi Lestari, M. Miftahul Umam, Widya Prananta
Universitas Negeri Semarang

Abstrak. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu menyusui akan pentingnya asi eksklusif serta manajemen asi perah untuk ibu yang bekerja di Desa Kedungsarimulyo Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara. Target luaran yang diharapkan yaitu meningkatnya cakupan asi eksklusif di Desa Kedungsarimulyo. Metode yang digunakan melalui penyuluhan secara daring melalui WhatsApp Group. Hasil program pengabdian kepada masyarakat berupa kegiatan penyuluhan asi eksklusif serta manajemen ASI Perah yaitu meningkatnya pengetahuan ibu menyusui. Hal tersebut terbukti dari adanya peningkatan pengetahuan melalui pre post test dari 5,82 menjadi 8,29. Ibu menyusui juga merespon secara positif adanya program penyuluhan tersebut. Ketercapaian dari hasil program penyuluhan ini masih belum keseluruhan sempurna, sebab terdapat peserta yang tidak memiliki akses internet sehingga menjadi pengganggu dalam keberhasilan penyuluhan, namun secara kumulatif melalui kegiatan evaluasi pengabdian dinyatakan bahwa ada peningkatan pengetahuan mengenai asi eksklusif serta strategi penerapan asi eksklusif bagi ibu bekerja setelah mengikuti penyuluhan.

Abstract. The purpose of this service activity is to increase the knowledge and understanding of breastfeeding mothers on the importance of exclusive breastfeeding and management of breast milk for working mothers in Kedungsarimulyo Village, Welahan District, Jepara Regency. The expected output target is increasing the coverage of exclusive breastfeeding in Kedungsarimulyo Village. The method used is through online counseling via WhatsApp Group. The results of the community service program are in the form of exclusive breastfeeding counseling activities and management of Dairy ASI, namely increasing knowledge of breastfeeding mothers. This is evident from the increase in knowledge through the pre post test from 5.82 to 8.29. Breastfeeding mothers also responded positively to the counseling program. The achievement of the results of this counseling program is still not entirely perfect, because there are participants who do not have internet access so that they become a nuisance in the success of counseling, but cumulatively through service evaluation activities it is stated that there is an increase in knowledge about exclusive breastfeeding and management of breast milk in breastfeeding mothers after attending counseling.

Keywords: Breast Milk; Counseling; Exclusive Breastfeeding

Pendahuluan

ASI eksklusif merupakan pemberian hanya ASI saja tanpa diberi makanan tambahan kepada bayi sejak lahir sampai usia 6 bulan (Yusrina & Devy, 2017). Menurut teori Wiji (2013) dalam Fuziarti et al., (2020) ASI eksklusif adalah menyusui bayi secara murni tanpa tambahan cairan apapun seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih dan tanpa makanan tambahan lain seperti bubur, pisang, biscuit maupun nasi tim. ASI mengandung kolostrum yang memiliki segudang manfaat untuk bayi salah satunya sebagai zat anti infeksi dan merangsang perkembangan sistem imun lokal bayi. Hal tersebut dibuktikan dengan angka kematian bayi yang memperoleh ASI lebih rendah dari pada bayi yang mendapatkan PASI (Merdhika et al., 2014). Penelitian (Fitri & Shofiya, 2020) juga menyatakan bahwa bayi yang tidak memperoleh ASI eksklusif memiliki persentase frekuensi sakit lebih tinggi dibandingkan dengan bayi yang memperoleh ASI eksklusif.

Asi eksklusif juga selalu dihubungkan dengan penurunan resiko stunting hal ini dibuktikan oleh penelitian Handayani et al., (2019) bahwa ASI eksklusif memiliki hubungan dengan kejadian stunting pada balita usia 24-36 bulan di Desa Watugajah, Kabupaten Gnungkidul. Pemberian ASI tidak eksklusif menjadi salah satu penyebab masalah stunting selain penundaan inisiasi menyusui dini (Handayani et al., 2019). Untuk mengurangi stunting sendiri membutuhkan perbaikan dalam ketahanan pangan dan gizi, pendidikan, WASH (intervensi air, sanitasi dan kebersihan), kesehatan, pengentasan kemiskinan dan status perempuan (Malik et al., 2021). Akan tetapi, kesadaran ibu akan pentingnya ASI eksklusif di Indonesia masih kurang ditandai dengan rendahnya cakupan asi eksklusif pada bayi kurang 6 bulan di Indonesia yaitu hanya sebesar 66,1% pada tahun 2020 (Kemenkes, 2021). Banyak faktor yang mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bayi salah satunya yaitu pekerjaan ibu, usia dan pendidikan ibu. Pekerjaan ibu lah yang paling mempengaruhi pemberian ASI dibandingkan dengan faktor usia maupun pendidikan ibu (Hana Rosiana Ulfah & Farid Setyo Nugroho, 2020). Ibu yang aktif bekerja dan menjalankan usaha pribadi sebagai penghasilan tambahan yang banyak menyita waktu di luar rumah kebanyakan memilih menggunakan susu formula karena dianggap lebih menguntungkan. Hal tersebut diyakini oleh para ibu yang mempunyai pengetahuan kurang mengenai ASI eksklusif (Sulistiyowati & Siswantara, 2014). Praktek pemberian ASI eksklusif sendiri berhubungan dengan tingkat pengetahuan ibu. Pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif dapat mempengaruhi ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Semakin baik pengetahuan Ibu tentang ASI eksklusif, maka seorang ibu akan memberikan ASI eksklusif pada anaknya. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif, maka semakin sedikit pula peluang ibu dalam memberikan ASI eksklusif (Aprilia, 2012).

Menurut form data EPPBGM posyandu karya sari 3 desa kedungsarimulyo pada bulan Agustus 2020 sebanyak 41 dari 51 orang ibu menyusui tidak melaksanakan ASI eksklusif. Studi pendahuluan juga dilakukan di Desa Kedungsarimulyo pada tanggal 11 hingga 14 agustus 2021 dengan 20 responden ibu menyusui yang tidak melaksanakan ASI eksklusif dan diperoleh hasil ada 1 orang ibu yang memiliki pengetahuan baik, 18 orang ibu yang memiliki pengetahuan cukup dan 1 orang ibu memiliki pengetahuan kurang. Data tersebut melatarbelakangi diadakanya penyuluhan ASI eksklusif sebagai upaya peningkatan pengetahuan ibu menyusui di Desa Kedungsarimulyo. Dengan meningkatnya pengetahuan ibu menyusui mengenai ASI eksklusif, diharapkan semakin meningkat juga peluang ibu dalam memberikan ASI eksklusif kepada balitanya. Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2020 Tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) pasal 4 berisi mengenai pembatasan kegiatan ditempat atau fasilitas umum. Oleh karena itu, penyuluhan dilakukan secara daring guna membatasi kegiatan bersifat keramaian.

Metode

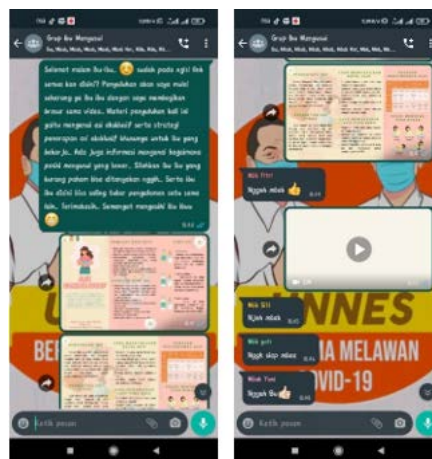
Berdasarkan permasalahan yang dihadapi mitra, maka perlu diterapkan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan ibu menyusui mengenai ASI eksklusif serta strategi penerapan ASI eksklusif bagi ibu bekerja di Desa Kedungsarimulyo, Kecamatan Welahan, Kabupaten Jepara. Adapun sasaran penyuluhan yaitu ibu menyusui yang tergabung dalam posyandu Karyasari 3 dan juga tergabung dalam WhatsApp group Ibu Menyusui . Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 27 Agustus 2021. Media penyuluhan berupa leaflet dan video edukasi berdurasi 2 menit 20 detik. Materi yang disampaikan yaitu pengertian ASI eksklusif, manfaat ASI eksklusif bagi bayi dan ibu, jenis ASI, pengertian IMD, pengertian ASI perah, cara mensterilkan botol ASI perah, cara memanaskan ASI perah yang beku, panduan penyimpanan ASI perah dan posisi menyusui yang benar. Kegiatan ini dilaksanakan

terbagi dalam tahap survei atau studi lapangan, perencanaan kegiatan (penyusunan media dan rekrutmen peserta), pelaksanaan kegiatan dan evaluasi kegiatan. Sebanyak 20 sampel ibu menyusui dilakukan wawancara untuk menggali data permasalahan pada ibu menyusui saat studi lapangan. Dari studi lapangan tersebut dirumuskan suatu permasalahan yang memungkinkan untuk dilaksanakan pemecahan masalahnya yaitu kurangnya pengetahuan mengenai ASI eksklusif serta ASI perah. Setelah ditemukan permasalahan sekaligus alternatif pemecahan masalah dilakukan perencanaan kegiatan berupa penyusunan media sekaligus rekrutmen peserta. Rekrutmen peserta dilakukan dengan menanyakan kesediaan ibu menyusui untuk dimasukkan ke dalam Whatsapp group. Total dari rekrutmen peserta yaitu 17 orang. Kemudian sehari sebelum dimulai kegiatan inti yaitu pelaksanaan penyuluhan seluruh peserta wajib mengisi pre test. Teknis pelaksanaan penyuluhan seperti diskusi, warga diperbolehkan untuk menanggapi atau bertanya jika terdapat informasi yang kurang jelas dan mahasiswi wajib menjawab pertanyaan tersebut dengan jelas. Pertanyaan yang dijawab adalah pertanyaan yang diajukan dalam jangka waktu 1 x 24 jam setelah media dibagikan. Kemudian setelah penyuluhan selesai seluruh peserta wajib mengisi kuesioner *post test*. Kegiatan evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil *pre test* dan *post test*.

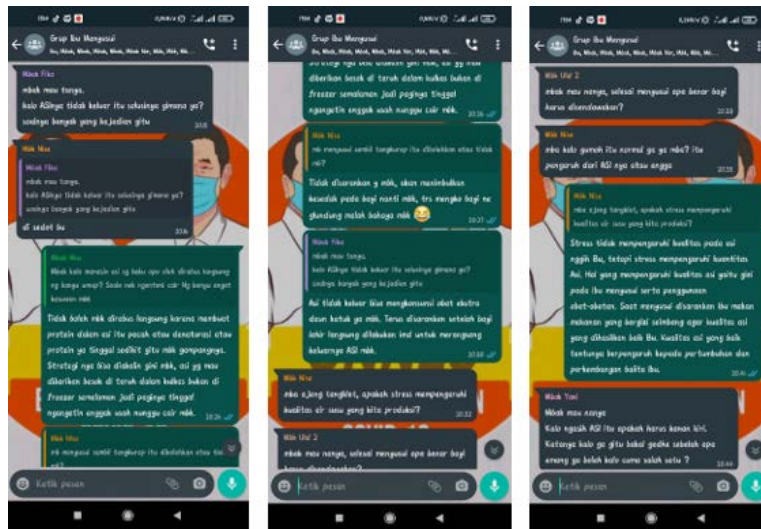
Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan Penyuluhan ASI eksklusif

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan secara daring melalui WhatsApp Group. Kegiatan tersebut berlangsung selama 3 hari yang dimulai pada hari Kamis, tanggal 26 Agustus 2021 pukul 09.00 WIB hingga Sabtu tanggal 28 Agustus 2021 pukul 21.00. Peserta terdiri dari ibu-ibu menyusui yang tergabung dalam posyandu karya sari 3 dan melakukan pengisian formulir kuesioner *pre test* secara daring melalui *google form*. Rekrutmen peserta dilakukan dengan cara mengirimkan pesan pribadi berisi kesediaan untuk dimasukkan ke dalam group kepada nomor WhatsApp yang diperoleh dari hasil kuesioner survei dan studi lapangan. Agenda pada hari pertama yaitu pengisian kuesioner pre test yang diberi jangka waktu 1 x 24 jam. Sedangkan untuk acara inti yaitu penyuluhan sendiri berlangsung pada hari ke-2 yaitu hari Jum'at tanggal 27 Agustus 2021 tepat pada pukul 18.30 WIB. Materi disampaikan oleh penulis secara langsung dengan menggunakan media leaflet dan video edukasi berdurasi 2 menit 20 detik. Pemaparan materi berlangsung selama 15 menit selebihnya adalah sesi tanya jawab yang berlangsung selama 1 x 24 jam. Dikarenakan penyuluhan dilakukan secara daring, maka jangka waktu yang diberikan dalam sesi tanya jawab berlangsung lama agar diharapkan ibu yang sedang sibuk bekerja dapat ikut berpartisipasi aktif dalam kegiatan tersebut. Lalu pada hari terakhir, berlangsung sesi evaluasi atau pengisian *post test*.



Gambar 1. Pembagian Leaflet dan Video Edukasi

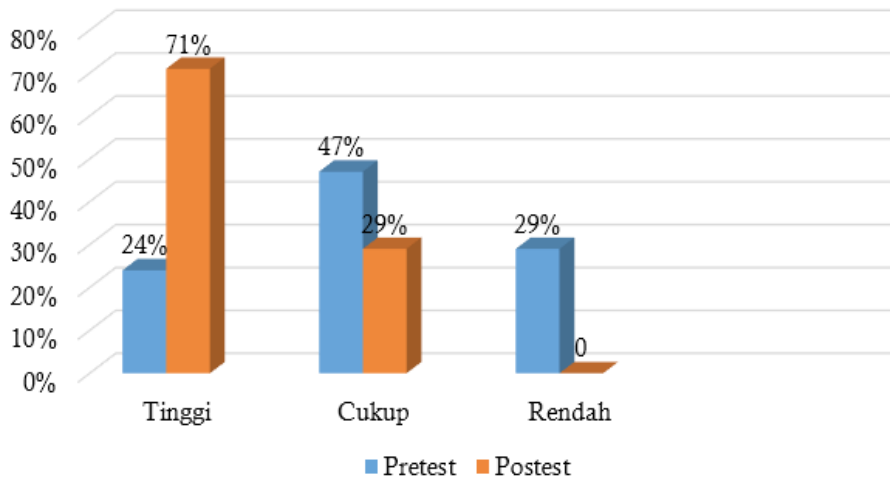


Gambar 2. Sesi Tanya Jawab dengan Ibu Menyusui

Evaluasi kegiatan

Kegiatan evaluasi penyuluhan ASI eksklusif ini dimaksudkan untuk mengukur seberapa besar perubahan pengetahuan dan pemahaman setelah mengikuti kegiatan penyuluhan ASI eksklusif. Hasil evaluasi tersebut disajikan Gambar 3.

Evaluasi Kegiatan Penyuluhan



Gambar 1. Evaluasi Kegiatan Penyuluhan ASI Eksklusif Serta Manajemen ASI Perah Secara Daring Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Menyusui Di Masa Pandemi

Berdasarkan Gambar 1, sebelum pelaksanaan kegiatan penyuluhan pengetahuan ibu menyusui mengenai ASI eksklusif serta manajemen ASI perah secara daring 24% pengetahuan peserta berada dalam kategori tinggi, sedangkan 47% berada dalam kategori cukup dan 4% berada pada kategori rendah. Namun setelah dilaksanakan penyuluhan ASI eksklusif serta manajemen ASI perah adanya peningkatan perubahan pengetahuan yaitu berada pada kategori tinggi sebanyak 71% dan 29% berada dalam kategori cukup serta tidak ada yang berada pada kategori rendah. Rerata pengetahuan peserta meningkat dari 5,82 menjadi 8,29 setelah mengikuti kegiatan penyuluhan mengenai ASI eksklusif serta manajemen ASI perah secara daring.

Simpulan

Kegiatan penyuluhan ASI eksklusif serta manajemen ASI perah secara daring sebagai upaya peningkatan pengetahuan Ibu menyusui di masa pandemi di Desa Kedungsarimulyo, Kecamatan Welahan, Kabupaten Jepara telah terlaksana dengan baik sesuai rencana yang telah di rancang sebelumnya. Hal tersebut terbukti dengan adanya tanggapan positif dari pemerintahan setempat serta antusias para peserta dalam sesi tanya jawab untuk mengikuti kegiatan penyuluhan ASI eksklusif serta manajemen ASI perah ini. Ketercapaian dari hasil penyuluhan ini secara kumulatif melalui kegiatan evaluasi pengabdian dinyatakan bahwa ada peningkatan perubahan pengetahuan setelah mengikuti kegiatan penyuluhan ASI eksklusif serta manajemen ASI perah. Namun, perlu diadakannya kolaborasi antar kader posyandu dan posbindu untuk bekerja sama dalam meningkatkan cakupan ASI eksklusif di Desa Kedungsarimulyo.

Referensi

- Aprilia, G. (2012). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Asi Eksklusif Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Desa Harjobinangun Purworejo. *Jurnal Komunikasi Kesehatan* (Edisi 5), 3(2).
- Fitri, D., & Shofiya, D. (2020). Hubungan Asi Eksklusif Dan Frekuensi Sakit Pada Bayi Di Surabaya Barat. *Amerta Nutrition*, 4(1), 30. <https://doi.org/10.20473/Amnt.V4i1.2020.30-35>
- Fuziarti, E., Isnaniah, & Yuniarti. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerjapuskesmas Karang Intan 1 Tahun 2020. *Jurnal Skala Kesehatan*, 11(2), 125–137.
- Hana Rosiana Ulfah, & Farid Setyo Nugroho. (2020). Hubungan Usia, Pekerjaan Dan Pendidikan Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif. *Intan Husada Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(1), 9–18. <https://doi.org/10.52236/Ih.V8i1.171>
- Handayani, S., Kapota, W. N., & Oktavianto, E. (2019). Hubungan Status Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Batita Usia 24-36 Bulan Di Desa Watugajah Kabupaten Gunungkidul. *Medika Respati : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(4), 287. <https://doi.org/10.35842/Mr.V14i4.226>
- Kemenkes, R. (2021). *Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan Tahun 2020*.
- Malik, A., Utsman, U., Mulyono, S. E., & Arbarini, M. (2021). Sosialisasi Seribu Hari Pertama Kehidupan Untuk Generasi Berkualitas Menuju Indonesia Emas Tahun 2045 Pendahuluan. *Jurnal Bina Desa*, 3(1), 1–7.
- Merdhika, W. A. R., Mardji, & Devi, M. (2014). Pengaruh Penyuluhan Asi Eksklusif Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Asi Eksklusif Dan Sikap Ibu Menyusui Di Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar. *Teknologi Dan Kejuruan*, 37(1), 65–72.
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia. (2020). Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2020 Tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19).
- Sulistiyowati, T., & Siswantara, P. (2014). Perilaku Ibu Bekerja Dalam Memberikan Asi Eksklusif Di Kelurahan Japanan Wilayah Kerja Puskesmas Kemlagi- Mojokerto. *Jurnal Promkes*, 2(1), 89–100.
- Yusrina, A., & Devy, S. R. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Niat Ibu Memberikan Asi Eksklusif Di Kelurahan Magersari, Sidoarjo. *Jurnal Promkes*, 4(1), 11. <https://doi.org/10.20473/Jpk.V4.I1.2016.11-21>