

Penyuluhan tentang ASI Eksklusif dan Manfaatnya pada Ibu dan Bayi

Erni¹, Novarianti²

^{1,2}Akademi Kebidanan Graha Ananda Palu, email: erniarnia@yahoo.co.id

*Koresponden penulis

Info Artikel

Diajukan: 30 Agustus 2021

Diterima: 08 September 2021

Diterbitkan: 08 September 2021

Keyword:

Pengetahuan, ASI Eksklusif, Ibu Nifas

Kata Kunci:

Pengetahuan, ASI Eksklusif, Ibu Nifas

Abstract

In giving exclusive breastfeeding, mothers need readiness. Where readiness is a point of maturity to accept and practice certain behaviors. Ready is the overall condition of a person in responding or answering in a certain way to a situation, one of which is increasing knowledge

Objective To find out the differences given by counseling about exclusive breastfeeding and its benefits for mothers and babies. The method used in this community service is to conduct counseling and distribute leaflets to find out the differences in mother's knowledge about exclusive breastfeeding Results based on the results of data processing carried out using the Independent T Test with the number of respondents as many as 30 people above, it was obtained that Knowledge for the intervention group obtained an average value of + SD (58,89 + 15.86), while the control group obtained a score of average + SD (45.47 + 4.31), so that the obtained P Value of 0.012 <0.05 means that counseling has an effect on the level of knowledge of postpartum mothers in the Timbusseng Village Work Area, Pattallassang District, Kab. Gowa.

Abstrak

Dalam memberikan ASI eksklusif ibu memerlukan kesiapan, salah satunya kematangan untuk menerima dan mempraktikkan tingkah laku tertentu serta kondisi keseluruhan ibu yang telah melahirkan dalam memberikan respon atau jawaban dengan cara tertentu terhadap suatu situasi salah satunya adalah meningkatkan pengetahuan. Tujuan: Diketahuinya perbedaan yang diberikan penyuluhan tentang ASI eksklusif dan manfaatnya bagi ibu dan bayi.

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan melakukan penyuluhan dan membagikan leaflet untuk mengetahui perbedaan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif Hasil berdasarkan hasil olah data yang dilakukan dengan menggunakan *Uji T Independt Test* dengan jumlah responden sebanyak 30 orang di atas dipeoleh bahwa Pengetahuan untuk kelompok intervensi didapatkan nilai rata-rata \pm SD (58,89 \pm 15,86), sedangkan kelompok kontrol didapatkan nilai rata-rata \pm SD (45,47 \pm 4,31), sehingga diperoleh nilai *P Value* 0,012 <0,05 artinya penyuluhan berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan ibu nifas Di Wilayah Kerja Desa Timbusseng Kecamatan Pattallassang Kab. Gowa.

PENDAHULUAN

Menurut (Ningrum, 2017) ibu yang telah melahirkan akan terjadi perubahan fisik maupun psikis seperti organ reproduksi, terjadinya proses laktasi, terbentuknya hubungan antara orang tua dan bayi dengan memberi dukungan. Atas dasar tersebut perlu dilakukan suatu pendekatan antara ibu dan keluarga dalam manajemen kebidanan

Dalam masa nifas terdapat berbagai komplikasi seperti masalah dalam produksi ASI yang tidak lancar, puting lecet, payudara bengkak, abses payudara, puting susu datar atau terbenam, sindrom ASI kurang, ibu bekerja, ibu melahirkan dengan sectio caesar dan ibu dengan kondisisakit (Nurliana & Krasida, 2014).

Setiap kebutuhan bayi terhadap ASI dan produksi ASI pada ibuyang telah melahirkan sangat bervariasi. Sehingga ibu perlu memperhatikan tanda-tanda kelaparan atau kepuasan yang di tunjukkan oleh bayi, dan kebersihan pada area payudara serta penambahan berat badan bayi terhadap ASI (Lusje, Mandang, & Kusmiyati, 2014).

Beberapa faktor yang mempengaruhi produksi ASI yaitu faktor fisik dan psikologis ibu. Kedua faktor tersebut jika tidak terpenuhi maka produksi ASI tidak akan lancar, begitupun dengan faktor fisik terutama mengenai asupan gizi ibu yang mencukupi, seimbang dan sehat, serta faktor kesehatan ibu. Faktor psikologis terdiri dari rasa nyaman, tenang dan berfikiran positif. Serta dukungan dari orang terdekat seperti suami dan keluarga (Juliastuti & Sulastri, 2018; Sampara & Ernawati, 2020)

Menyusui sejak dini mempunyai dampak yang positif baik bagi ibu maupun bayinya. Bagi bayi, menyusui mempunyai peran penting untuk menunjang pertumbuhan, kesehatan, dan kelangsungan hidup bayi karena ASI kaya dengan zat gizi dan antibody serta membantu perekonomian keluarga. Sedangkan bagi ibu, menyusui dapat mengurangi morbiditas dan mortalitas karena proses menyusui akan merangsang kontraksi uterus sehingga mengurangi perdarahan pasca melahirkan (postpartum) (Syamsul, Alam, & Syahrir, 2016).

Kualitas anak tidak akan lepas dari pertumbuhan danperkembangan khususnya pada masa balita. Sedangkan salah satu factor yangberpengaruh pada pertimbangan bayi adalah nutrisi yang didapatkan.Pada dasarnya ASI adalah satu-satunya makanan yang paling sesuai dengan kebutuhan bayi tanpa tambahan makanan pendamping paling sedikit 4bulan pemberian dan paling lama 6 bulan.Sebanyak 50% ibu-ibu dusun karangan belum mengetahui tentangmanfaat ASI yang paling penting bagi bayi (Nugraheny & Alfiah, 2015). Karena ketidak tahuannya dan mungkin karena kesibukannya ibu-ibu memberikan susu formula pada anaknya yang di rasa susu formula sama kandungannya dengan ASI.

Namun pada kenyataannya masih sedikit penduduk terutama wanita yang benar-benar tahu tentang masa nifas sehingga masih diperluka ninformasi

tentang masa nifas. Oleh karena itu penulis merasa perlu memberikan penyuluhan tentang pentingnya ASI dan manfaatnya. Setelah diberikan penyuluhan tentang pentingnya ASI dan manfaatnya diharapkan ibu mengerti tentang pentingnya ASI dan dapat memberikan ASI sesuai dengan kebutuhan bayi sehingga memperoleh nutrisi yang kuat untuk tumbuh kembang secara optimal.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan ini berlangsung pada tanggal 10 November 2020 pukul 09.00 Wita sampai selesai di Desa Timbusseng Kecamatan Pattallassang Kab. Gowa dengan jumlah responden ibu nifas sebanyak 30 orang. Kegiatan pengabdian yang dilakukan berupa penyuluhan kepada ibu nifas tentang pentingnya ASI eksklusif pada bayi dan ibu. Tahap pertama, diberikan penyuluhan terkait ASI eksklusif pada ibu nifas dengan menggunakan *Power point* dan membagikan *leaflet* pada ibu. Tahap kedua responden dibagikan kuesioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif. Tahap ketiga, membagikan kuesioner pada ibu nifas yang tidak mengikuti penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Tabel. 1 : Hasil Analisis pengetahuan Ibu Nifas tentang pentingnya ASI Eksklusif pada Ibu dan Bayi

Variabel	N	Mean	Std. Deviation	$\alpha = 0,05$
Intervensi	15	60,89	16,86	P=0,012
Kontrol	15	45,57	4,31	

Sumber : Data Primer, 2020

Dari hasil olah data yang dilakukan dengan menggunakan *Uji T Independt Test* dengan jumlah responden sebanyak 30 orang di atas diperoleh bahwa Pengetahuan untuk kelompok intervensi didapatkan nilai rata-rata \pm SD (58, 89 \pm 15,86), sedangkan kelompok kontrol didapatkan nilai rata-rata \pm SD (45,47 \pm 4,31), sehingga diperoleh nilai *P Value* 0,012 <0,05 artinya penyuluhan berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan ibu nifas Di Wilayah Kerja Desa Timbusseng Kecamatan Pattallassang Kab. Gowa.

B. Pembahasan

Ibu yang memberikan ASI eksklusif pada bayinya memerlukan kematangan untuk menerima dan mempraktikkan tingkah laku tertentu,

sehingga ibu akan siap dalam kondisi keseluruhan baik dari segi memberikan respon atau jawaban dengan cara tertentu terhadap suatu situasi salah satunya adalah meningkatkan pengetahuan (Koekoeh Herdjito, 2018). Kondisi atau kesiapan ibu untuk mampu melakukan tugas dan tanggung jawabnya sebagai seorang ibu dalam berbagai situasi dalam memenuhi suatu kebutuhan khususnya kebutuhan gizi pada bayi.

Ketika ibu yang telah memiliki bayi mempersiapkan dirinya mulai dari masa kehamilan akan memiliki insting (naluri) keibuan serta mempunyai motivasi yang tinggi akan membantu peningkatan produksi ASI. baik dalam kehidupan sehari-hari, sehingga dalam menghadapi reaksi bayinya tidak akan menimbulkan kesenjangan yang berarti. Akan tetapi tidak selamanya terjadi demikian, karena perkembangan nilai keibuan dapat juga terganggu (Rahayu, 2018). Oleh karena itu pemberian informasi melalui penyuluhan tentang peningnya ASI eksklusif diperlukan komunikasi bagi para ibu yang membutuhkannya.

Salah satu faktor yang mempengaruhi produksi ASI yaitu teknik menyusui, perasaan dan juga emosi ibu yang akan berakibat kurang baik, karena isapan bayi sangat berpengaruh pada rangsangan produksi ASI dan psikologi ibu selanjutnya, namun sering kali ibu-ibu kurang mendapatkan informasi tentang manfaat Asi dan tentang teknik menyusui yang benar (Soetjiningsih, 2012). Selain itu, usia ibu, pendidikan ibu, pengetahuan ibu, pekerjaan ibu dan paritas ibu menjadi faktor ketidakberhasilan ASI eksklusif.

Dalam Meningkatkan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif salah satunya mencari informasi di berbagai sumber seperti media massa, media elektronik, dan lain sebagainya. Sesuai dengan teori pengetahuan yang mencakup dalam domain kognitif (Notoatmodjo, 2017) yaitu : tahu (mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya) dan memahami (kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang obyek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi secara benar) sehingga teknik menyusui yang benar ditentukan oleh pengetahuan ibu yang baik. Pengetahuan yang baik tentang pentingnya ASI dan cara-cara menyusui akan membentuk sikap yang positif, selanjutnya akan terjadi perilaku menyusui yang benar.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penyuluhan responden mengetahui dan siap untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Selain dari segi nutrisi juga sangat membantu dalam segi ekonomi. Dan diharapkan para ibu menyusui menambah pengetahuan, wawasan dan mencari informasi yang sebanyak-banyaknya tentang cara menyusui yang benar serta meningkatkan hubungan antar individu

yang nantinya bisa berbagi informasi, pengalaman serta saling mendukung dalam memberikan ASI kepada anaknya.

DAFTAR RUJUKAN

- Juliastuti & Sulastri. (2018). Pengaruh Pemberian Massage Depan (Breast Care) Dan Massage Belakang (Pijat Oksitosin) Terhadap Produksi Asi. *Jurnal Ilmiah PANNMED*, 12(3), 227–231.
- Koekoeh Herdjito, S. P. (2018). Hubungan Keikutsertaan Kelas Ibu Hamil Terhadap Kesiapan Perawatan Bayi Pada Fase Taking In Di Wilayah Kerja Puskesmas Wates Kabupaten Kediri. *Global Health Science*, 3(4), 339–345. Retrieved from file:///C:/Users/User/Downloads/fvm939e.pdf
- Lusje, K., Mandang, J., & Kusmiyati, K. (2014). Hubungan Rawat Gabung Dengan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Normal Di Irina D Bawah BLU RSUP Prof. Dr. R. D.Kandou Manado. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(1), 91801.
- Ningrum, S. P. (2017). Faktor-Faktor Psikologis yang Mempengaruhi Postpartum Blues. *Psychopathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 205–218. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i2.1589>
- Notoatmodjo, S. (2017). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*,. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nugraheny, E., & Alfiah, E. (2015). Faktor Penghambat dan Penerapan ASI Eksklusif. *Jurnal Akbiduk*.
- Nurliana, M., & Krasida, D. A. (2014). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas. *Foreign Affairs*, 91(5), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Rahayu, D. (2018). Hubungan Breastfeeding Self Efficacy Dengan Keberhasilan Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(1), 247. <https://doi.org/10.32831/jik.v7i1.191>
- Sampara, N., & Ernawati, S. (2020). *Efektivitas Pijat Stimulasi Oksitosin Terhadap Penurunan Involusio Uteri Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Biru Kabupaten Bone Effectiveness Of Oxytosin Stimulation Massage On The Decrease Of Uteri Involution In Postpartum Mother In Puskesmas Biru Bone Dis*. 6(1), 21–25.
- Soetjningsih. (2012). *Seri Gizi Klinik "ASI " Tenaga Kesehatan* (D. prop. dr. soetjningsih, ed.). Jakarta: EGC.
- Syamsul, Alam, & Syahrir, S. (2016). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Teknik Menyusui Pada Ibu Di Puskesmas Patallang Kabupaten Takalar. *Al-Sihah : Public Health Science Journal*, 8(2), 1–9. <https://doi.org/2548-5334>