

PENDAMPINGAN IBU NIFAS DALAM PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF

PARTNER FOR POSTPARTUM MOTHERS IN EXCLUSIVE BREAST FEEDING

Putri Yuliantie¹⁾, Dwi Rahmawati²⁾, Novalia Widiya Ningrum³⁾

^{1), 2), 3)}, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia
email: putriyuliantie15@gmail.com

ABSTRAK

Masih rendahnya angka pencapaian ASI eksklusif tentu saja perlu mendapat perhatian karena berkontribusi terhadap rendahnya kualitas sumber daya manusia di masa mendatang serta berdampak pula terhadap tingginya angka kesakitan maupun kematian. Namun, hal ini berkaitan erat dengan belum optimalnya pemberian ASI eksklusif oleh ibu menyusui disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi tercapainya keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan seperti pendidikan ibu, pengetahuan ibu, sikap ibu, pekerjaan ibu, keterpaparan media informasi, peran petugas kesehatan, suami, serta keluarga. Maka dari itu perlunya edukasi pemberian ASI eksklusif yang penting pada masa pertumbuhan dan perkembangan bayi. Tujuan dari pelaksanaan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan wawasan ibu tentang Asi eksklusif serta meningkatkan wawasan ibu tentang manfaat pemberian ASI eksklusif. kegiatan berupa pemberian edukasi tentang pentingnya ASI Eksklusif bekerjasama dengan Bidan Desa, Bidan pemegang Program Nifas. Kemudian dilanjutkan dengan pelaksanaan kegiatan secara online melalui zoom meeting bersama dengan ibu Nifas. Setelah kegiatan selesai di lakukan evaluasi hasil kegiatan yang telah dilaksanakan. Media promosi yang digunakan dalam kegiatan ini adalah dengan menggunakan leaflet serta pemberian buku saku edukasi yang berisi tentang pentingnya pemberian Asi eksklusif serta perawatan payudara agar peserta bisa mempraktikkannya di rumah. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 22 Juli sampai dengan 06 Agustus 2022 dengan peserta ibu nifas sebanyak 15 orang. Dengan adanya kegiatan ini dapat memberikan kontribusi yang bermakna bagi peningkatan informasi kesehatan untuk ibu yang memiliki bayi, membuat kesadaran ibu yang memiliki bayi pentingnya pemberian ASI Eksklusif dengan tepat dan benar.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, Ibu Nifas, Pendampingan

ABSTRACT

The low rate of achieving exclusive breastfeeding certainly needs attention because it contributes to the low quality of human resources in the future and also has an impact on high morbidity and mortality rates. However, this is closely related to the not optimal exclusive breastfeeding by breastfeeding mothers caused by several factors that influence the success of exclusive breastfeeding in infants aged 0-6

months such as mother's education, mother's knowledge, mother's attitude, mother's occupation, exposure to information media, role of health workers, husbands, and families. Therefore, the need for education on exclusive breastfeeding which is important during the period of growth and development of infants. The purpose of implementing this activity is to increase mothers' insights about exclusive breastfeeding and increase mothers' insights about the benefits of exclusive breastfeeding. activities in the form of providing education about the importance of exclusive breastfeeding in collaboration with village midwives, midwives holding the postpartum program. Then proceed with carrying out online activities through a zoom meeting with the postpartum mother. After the activity is completed, an evaluation of the results of the activities that have been carried out is carried out. The promotional media used in this activity were leaflets and educational pocket books containing the importance of exclusive breastfeeding and breast care so participants could practice them at home. This activity was held from 22 July to 06 August 2022 with 15 postpartum mothers participating. With this activity it can make a significant contribution to increasing health information for mothers who have babies, creating awareness for mothers who have babies about the importance of giving exclusive breastfeeding properly and correctly.

Keywords: *Exclusive breastfeeding, Postpartum Mothers, Assistance*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan pertama yang dihasilkan secara alami oleh payudara Ibu. ASI mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan yang terformulasikan secara unik di dalam tubuh ibu untuk menjamin proses pertumbuhan dan perkembangan bayi[1]. Selain menyediakan nutrisi lengkap untuk seorang anak, ASI juga memberikan perlindungan pada bayi atas infeksi dan sakit penyakit bayi ASI adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam anorganik yang disekresi oleh kelenjar mammae ibu, yang berguna sebagai makanan bagi bayinya. [2]. ASI dalam jumlah yang cukup merupakan makanan terbaik bagi bayi dan dapat memenuhi kebutuhan bayi sampai dengan 6 bulan pertama. ASI merupakan makanan alamiah yang pertama dan utama bagi bayi sehingga mencapai tumbuh kembang yang optimal [3]

Pemberian ASI akan dapat berjalan dengan baik jika teknik menyusui dan perawatan payudara dilakukan dengan benar. Teknik menyusui dengan cara memberikan ASI pada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar. Praktik menyusui dilakukan dalam suasana yang santai bagi ibu dan bayi. Perawatan payudara yang dilakukan dengan benar dan teratur akan memudahkan si kecil mengkonsumsi ASI. Pemeliharaan ini juga bisa merangsang keluarnya ASI dan mengurangi resiko luka saat menyusui. Teknik menyusui yang salah akan

berpengaruh pada bentuk payudara [4]

Masih rendahnya angka pencapaian ASI eksklusif tentu saja perlu mendapat perhatian karena berkontribusi terhadap rendahnya kualitas sumber daya manusia di masa mendatang serta berdampak pula terhadap tingginya angka kesakitan maupun kematian [5]. Namun, hal ini berkaitan erat dengan belum optimalnya pemberian ASI eksklusif oleh ibu menyusui disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi tercapainya keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan seperti pendidikan ibu, pengetahuan ibu, sikap ibu, pekerjaan ibu, keterpaparan media informasi, peran petugas kesehatan, suami, serta keluarga. Maka dari itu perlunya edukasi pemberian ASI eksklusif yang penting pada masa pertumbuhan dan perkembangan bayi [6]. Tujuan dari pelaksanaan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan wawasan ibu tentang ASI eksklusif serta meningkatkan wawasan ibu tentang manfaat pemberian ASI eksklusif, memperkuat rasa sosialisme antara mahasiswa dengan masyarakat, dan mewujudkan semangat kepedulian mahasiswa kepada isu terkini yang dialami masyarakat dengan tema “ Pendampingan Ibu Nifas Dalam Pemberian ASI Eksklusif” .

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Metode pelaksanaan kegiatan yang dilakukan melalui pendekatan yaitu analisis kondisi wilayah kerja Puskesmas Bumi Makmur Kec. Bumi Makmur Kab. Tanah Laut, dilanjutkan identifikasi masalah, merencanakan intervensi dan melaksanakan implementasi dalam mengatasi masalah yang direncanakan dengan melaksanakan kegiatan berupa pemberian edukasi tentang pentingnya ASI Eksklusif bekerjasama dengan Bidan Desa, Bidan pemegang Program Nifas. Kemudian dilanjutkan dengan pelaksanaan kegiatan secara online melalui zoom meeting bersama dengan ibu Nifas. Setelah kegiatan selesai dilakukan evaluasi hasil kegiatan yang telah dilaksanakan. Media promosi yang digunakan dalam kegiatan ini adalah dengan menggunakan leaflet serta pemberian buku saku edukasi yang berisi tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif serta perawatan payudara agar peserta bisa mempraktikkannya di rumah. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 22 Juli sampai dengan 06 Agustus 2022 dengan peserta ibu nifas sebanyak 15 orang.

Adapun tahapan kegiatan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Pemberian informasi, edukasi dan sosialisasi kepada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Bumi Makmur Kec. Bumi Makmur Kab. Tanah Laut tentang pemberian ASI eksklusif

2. Menjalin kerjasama dengan mitra dalam hal ini melibatkan bidan desa, Ahli Gizi dan kader-kader wilayah kec. Bumi Makmur Kab. Tanah Laut tentang pelaksanaan kelas ibu nifas secara online.
3. Melaksanakan secara online kegiatan kelas bersama ibu nifas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberian Edukasi dan sosialisasi tentang ASI eksklusif, Kegiatan di laksanakan secara online melalui zoom meeting yang di hadiri oleh sasaran dalam pelaksanaan yaitu ibu. Menjalin Kerjasama dengan mitra terkait agar pelaksanaan kegiatan yang berawal dari perencanaan hingga akhir acara terjadinya evaluasi akan berjalan dengan baik, dalam hal ini ada banyak mitra yang terlibat dan berkontribusi hingga acara terlaksana sesuai dengan harapan. Bentuk dari Kerjasama yang dilakukan adalah berkoordinasi dengan bidan desa untuk menetapkan tanggal yang sudah di setujui oleh puskesmas agar bisa dilaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat kemudian bidan desa menghubungi kepala pemegang program untuk mengkonfirmasi bahwa akan ada mahasiswi kebidanan yang akan melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat secara online Via Zoom di Wilayah Kerja Puskesmas Bumi Makmur.

Kegiatan kelas ibu Nifas di adakan setiap 1 bulan 1x di desa yang berbeda, namun kelompok melakukan kegiatan ini hanya pada 1 desa binaan yang di bina oleh bidan desa setempat, hal ini karena kurangnya waktu dan jadwal yang sudah di tetapkan sehingga hanya bisa di laksanakan pada 1 desa saja, selain itu mengingat adanya anggaran yang harus di persiapkan untuk pelaksanaan kegiatan tersebut.



Gambar 1. Kegiatan Edukasi

Luaran dalam dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pemahaman dan perubahan perilaku positif: Sebelumnya banyak ibu nifas yang baru melahirkan bayi tidak memahami tentang pemberian asi eksklusif dengan alasan kurangnya pengetahuan dan dikarenakan tradisi. Karena sudah mengerti dan paham maka ibu tidak lagi

memberikan makanan tambahan selain ASI. Memfasilitasi Buku Panduan edukasi yang berisi tentang Asi Eksklusif sebagai alat bantu dan bahan bacaan yang bermanfaat.

KESIMPULAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan hasil sekresi kelenjar payudara ibu melalui proses laktasi. Pemberian ASI akan dapat berjalan dengan baik jika teknik menyusui dan perawatan payudara dilakukan dengan benar. Teknik menyusui dengan cara memberikan ASI pada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar. Praktik menyusui dilakukan dalam suasana yang santai bagi ibu dan bayi. Perawatan payudara yang dilakukan dengan benar dan teratur akan memudahkan bayi mengkonsumsi ASI. Pemeliharaan ini juga bisa merangsang keluarnya ASI dan mengurangi resiko luka saat menyusui. Teknik menyusui yang salah akan berpengaruh pada bentuk payudara.

Belum optimalnya pemberian ASI eksklusif oleh ibu menyusui disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi tercapainya keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan seperti pendidikan ibu, pengetahuan ibu, sikap ibu, pekerjaan ibu, keterpaparan media informasi, peran petugas kesehatan, suami, serta keluarga.

SARAN

Dengan adanya penyuluhan diharapkan masyarakat Bumi Makmur khususnya ibu nifas lebih paham mengenai ASI Eksklusif dan agar dapat mengaplikasikan pada bayinya agar diberikan ASI saja sampai bayi berusia 6 bulan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada kepala Puskesmas Bumi Makmur Kec. Bumi Makmur Kab. Tanah Laut, TIM Bidan desa, serta seluruh kader yang telah memfasilitasi kegiatan ini dan memberikan dukungan penuh untuk pelaksanaan kegiatan ini

REFERENSI

- [1] R. Fox, S. McMullen, and M. Newburn, 'UK women's experiences of breastfeeding and additional breastfeeding support: A qualitative study of Baby Café services', *BMC Pregnancy Childbirth*, vol. 15, no. 1, Jul. 2015, doi: 10.1186/s12884-015-0581-5.

- [2] H. A. Dabritz, B. G. Hinton, and J. Babb, 'Maternal hospital experiences associated with breastfeeding at 6 months in a northern California county', *Journal of Human Lactation*, vol. 26, no. 3, pp. 274–285, Aug. 2010, doi: 10.1177/0890334410362222.
- [3] U. WHO, 'Increasing Commitment To Breastfeeding Through Funding and Improved Policies and Programmes', *Global Breastfeeding Collective*, no. 3, p. 4, 2019, [Online]. Available: <https://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/global-bf-scorecard-2019/en/>
- [4] S. Yunita, 'Faktor - faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Pekerja Di Kecamatan Umbulharjo Kota Yogyakarta.', *Jurnal Kebidanan*, p. 30, 2017.
- [5] Y. Ruan *et al.*, 'Factors associated with exclusive breastfeeding: A cross-sectional survey in Kaiyuan, Yunnan, Southwest China', *PLoS One*, vol. 14, no. 10, pp. 1–11, 2019, doi: 10.1371/journal.pone.0223251.
- [6] Najmeh. Maharlouei, P. Pourhaghighi, MD; Amirhosein, Hadi. ., Raeisi, Shahraki, and M. Zohoori⁴, Dariush., MD; Kamran B, Lankarani, 'Factors Affecting Exclusive Breastfeeding', *International Journal Community Based Nurs Midwifery.*, vol. 6, no. 3, pp. 260–271, 2018.