

MANAJEMEN LAKTASI BERBASIS *EVIDENCE BASED*

Rizki Amalia¹, Indi Ambang Suryadi², Yasi Anggasari³

^{1,2,3}Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Indonesia

¹Email: amalia24@unusa.ac.id

ABSTRAK

Pemberian ASI sangat penting diberikan karena kandungan nutrisi yang sangat di butuhkan untuk tumbuh kembang yang optimal, untuk Kesehatan dan kelangsungan hidup, selain itu ASI telah terbukti dapat meningkatkan Kesehatan dan kesejahteraan ibu dan bayi dan mengurangi risiko infeksi neonatal dan penyebab pathogen lain yang dapat mengakibatkan penyakit serius. WHO dan UNICEF menganjurkan agar menyusui dimulai beberapa saat setelah bayi lahir dilanjutkan secara eksklusif untuk 6 bulan kehidupan pertama, lalu diberi MPASI yang cukup, sampai 2 tahun atau lebih. WHO menargetkan pada tahun 2025 50% bayi mendapatkan ASI - Eksklusif. Namun demikian, angka menyusui secara global masih jauh dari harapan. Hal tersebut disebabkan beberapa faktor antara lain adalah pembengkakan payudara, cara menyusui yang salah baik frekuensi pemberian maupun cara menempelnya mulut bayi saat menyusui dan pentingnya dukungan keluarga. Angka keberhasilan ASI di Puskesmas Paciran masih jauh dari target yang di tetapkan dari dinas Kesehatan. Metode pelaksanaan Melakukan pendekatan dengan wilayah setempat, mengajukan surat perijinan mitra kemudian melakukan FGD Bersama bidan dan kader setempat, memberikan asuhan manajemen laktasi kepada ibu menyusui berbasis evidence based, hasil yang diperoleh dan kesimpulan Masyarakat masih belum bisa menyimpulkan bahwa makanan yang terbaik untuk bayinya adalah ASI mereka berlomba lomba memberikan susu formula yang paling terbaik agar supaya kebutuhan gizi bayinya terpenuhi padahal tidak demikian. Selain itu untuk pemberian ASI secara tepat juga merupakan faktor utamanya cara menyusui yang benar bagaimana penyimpanan ASI jika ibu bekerja dan dukungan suami dan keluarga harus di lakukan secara komprehensif.

Kata Kunci: manajemen laktasi, Evidence based

PENDAHULUAN

Manajemen laktasi adalah salah satu upaya yang dilakukan untuk membantu ibu mencapai keberhasilan dalam menyusui bayinya. Usaha ini dilakukan terhadap ibu dalam tiga tahap yaitu pada masa kehamilan (antenatal), sewaktu ibu dalam persalinan sampai keluar rumah sakit (perinatal), dan pada masa menyusui selanjutnya sampai anak berumur dua tahun (postnatal). Perkembangan dan pertumbuhan bayi dan anak sangat dipengaruhi oleh ibu. Mulai dari masa kehamilan janin menerima nutrisi dari ibu melalui plasenta. Saat masa bayi didalam tubuh ibu secara alami telah disediakan makanan yang dibutuhkan untuk perkembangan dan pertumbuhan selanjutnya berupa ASI. Saat abad ke-19 beberapa studi kedokteran yang dilakukan di Eropa menunjukkan angka kematian dan kesakitan bayi-bayi yang diberikan ASI ternyata lebih rendah daripada yang diberi susu formula. Sehingga banyak ahli yang sepakat bahwa ASI lebih unggul daripada susu formula atau susu sapi.

Keberhasilan ASI eksklusif sangat bergantung pada tahapan manajemen laktasi, sehingga semua tahap harus dipersiapkan dengan baik supaya ASI eksklusif berjalan dengan sukses. Motivasi bidan, konseling dan perawatan payudara sangat mendukung upaya ini. Adapun ruang lingkup manajemen laktasi adalah periode postnatal, antara lain ASI eksklusif, teknik menyusui, memeras ASI, memberikan ASI peras, menyimpan

ASI peras, pemenuhan gizi selama periode menyusui (Maryunani, 2012). Pentingnya ASI Eksklusif tersebut melatarbelakangi pemerintah dalam menetapkan kebijakan berupa Kepmenkes RI Nomor 450/MENKES/IV/2004 tentang pemberian ASI secara eksklusif pada bayi Indonesia. Dalam kebijakan ini disebutkan bahwa Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif bagi bayi di Indonesia sejak bayi lahir sampai bayi berumur enam bulan dan dianjurkan untuk dilanjutkan sampai anak berusia dua tahun dengan pemberian makanan tambahan yang sesuai Sayangnya, di Indonesia angka pemberian ASI eksklusif masih tergolong rendah. Data dari Kemenkes RI di tahun 2017 mencatat hanya 35%, angka ini dibawah rekomendasi WHO sebesar 50%. Permasalahan ASI eksklusif masih merupakan permasalahan utama bagi masyarakat di Jawa Timur, khususnya di Kabupaten Lamongan.

Angka keberhasilan ASI di Puskesmas Paciran masih jauh dari target yang di tetapkan dari dinas Kesehatan. Beberapa faktor yang mempengaruhi rendahnya pemberian ASI eksklusif diantaranya adalah kurangnya dukungan orang sekitar, kurangnya pengetahuan mengenai laktasi dan factor phsycologis. Berdasarkan latar belakang, diperlukan untuk melakukan pengabdian masyarakat dengan judul majemen laktasi berbasis *evidence based*.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini mempunyai khalayak sasaran ibu hamil dan ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Paciran. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan tujuan utama memberikan pemahaman manajemen laktasi berbasis *evidence based* terhadap ibu-ibu, meliputi beberapa aspek seperti teknik pembersihan alat, teknik pemerasan, teknik penyimpanan dan teknik pemberian ASI itu sendiri terhadap bayi.

Adapun metode kegiatan penyuluhan yang dilakukan adalah dengan pelatihan yang secara langsung memberikan penyuluhan dan melakukan tindakan-tindakan tersebut serta evaluasi dan meminta salah satu peserta mengulangi memperagakan. Sebelumnya dilakukan *pre test* untuk mengetahui seberapa jauh kemampuan peserta kemudian setelah kegiatan dilakukan *post test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk melihat beberapa latar belakang dan informasi mengenai peserta sebelum penyuluhan diberikan, peserta diminta untuk mengisi kuesioner yang sudah disiapkan. Sebanyak 15 orang ibu hamil dan ibu menyusui sudah ikut berpartisipasi dalam kegiatan ini. Adapun latar belakang peserta adalah sebagai berikut. (1) Usia peserta yang hadir didominasi oleh ibu-ibu pada usia produktif yaitu sebanyak 47%, usia 25-34 tahun diikuti oleh 40%, usia dibawah 25 tahun, dan 13% pada usia 35-50 tahun. (2) Latar belakang pendidikan dari peserta kegiatan ini paling banyak adalah SD-SMA sebanyak 87%, Sarjana (S1-S2) sebanyak 7%, dan paling sedikit sebanyak 6% dengan latar belakang pendidikan dari Sarjana Muda (D1-D4). (3) Pekerjaan peserta berdasarkan data kuisisioner didapatkan 73% berprofesi sebagai ibu rumah tangga, 20% berprofesi sebagai wiraswasta dan 7% sebagai dosen.

Ketertarikan Peserta terhadap Program

Untuk melihat *feedback* dari peserta, kepada peserta juga disertakan pertanyaan mengenai pelaksanaan kegiatan. Pertanyaan terdiri atas tiga komponen yaitu ketertarikan peserta terhadap kegiatan, ketertarikan terhadap materi, dan ketertarikan terhadap narasumber atau penyaji materi. Berikut ini disajikan penjelasan dari masing-masing aspek.

1) Kegiatan yang dilakukan

Kegiatan ini sangat bermanfaat bagi peserta karena menambah pengetahuan peserta. Dari kuesioner yang diberikan didapatkan 60% peserta mengatakan acara ini sangat menarik dan 40% mengatakan acara ini menarik.

2) Ketertarikan peserta terhadap kegiatan

Materi yang diberikan dapat membuat para peserta tertarik untuk mengikutinya. Selain itu, peserta membutuhkan informasi dan demo. Dari kuisisioner yang dilakukan didapatkan 53% peserta menyatakan kegiatan ini sangat menarik sedangkan 47% peserta menyatakan kegiatan ini menarik. Sehingga sebagian besar peserta meminta agar acara ini rutin dilakukan,

3) Penyajian materi

Berdasarkan penyajian materi yang diberikan, narasumber memberikan penjelasan yang komplit dan menarik disertai dengan demo. Sehingga 73% peserta mengatakan penyajian materi ini sangat menarik dan 27% mengatakan menarik. Untuk pretest ini ada delapan pertanyaan yang diberikan. Pertanyaan-pertanyaan tersebut dapat dikelompokkan kedalam tiga kategori yaitu pengetahuan dasar ASI, teknik pemberian ASI dan *phycologis* menyusui. Pertanyaan ini diberikan sebelum peserta mendapatkan penyuluhan.

Rata-rata skor *pretest* adalah sebesar 38/100, peserta yang dapat menjawab dengan betul empat soal dari total delapan soal sebanyak empat orang, sedangkan yang dapat menjawab satu soal dengan betul adalah sebanyak 1 orang. Setelah *pretest* diberikan, peserta diberikan penyuluhan mengenai manajemen laktasi berbasis *evidence based* yang meliputi cara membersihkan alat yang akan digunakan, teknik pemerasan, cara penyimpanan ASI, serta cara pemberian ASI yang betul kepada bayi. Berikut disajikan gambar yang menunjukkan pelaksanaan manajemen laktasi pada ibu hamil dan menyusui berbasis *evidence based*.



Gambar 1. Pelaksanaan Manajemen Laktasi pada Ibu Hamil dan Ibu Menyusui



Gambar 2 Mendemonstrasikan Manajemen Laktasi Berbasis *Evidence Based*

Diskusi berlangsung antara peserta dan pembicara menanyakan hal-hal yang bersifat teknis. Setelah itu diberikan kepada peserta post test yang terdiri atas 8 pertanyaan. Dari jawaban yang diberikan peserta maka didapat rata-rata post test sebesar 82/100. Tujuh soal dari sepuluh soal dijawab dengan benar oleh delapan orang dan satu orang menjawab dengan betul semua pertanyaan.

SIMPULAN

Masyarakat masih belum bisa menyimpulkan bahwa makanan yang terbaik untuk bayinya adalah ASI mereka berlomba lomba memberikan susu formula yang paling

terbaik agar supaya kebutuhan gizi bayinya terpenuhi padahal tidak demikian. Selain itu untuk pemberian ASI secara tepat juga merupakan faktor utamanya cara menyusui yang benar tentang penyimpanan ASI ketika ibu bekerja, serta dukungan suami dan keluarga harus di lakukan secara komprehensif.

Upaya peningkatan pemahaman manajemen laktasi melalui kegiatan pengabdian masyarakat yang diselenggarakan di Puskesmas Paciran telah memberikan manfaat bagi peserta seperti ditunjukkan oleh statistik kuisioner yang diadakan. Para peserta selain mendapatkan penjelasan yang rinci mengenai manajemen laktasi langsung dari narasumber yang ahli dibidangnya juga mendapat pengalaman tambahan berupa pemakaian teknologi untuk penuluhan secara daring. Berdasarkan hasil uji *pretes* dan *posttest* yang diberikan, kegiatan pengabdian masyarakat ini berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan peserta tentang manajemen laktasi berbasis *evidence based*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya yang telah memberikan kesempatan dan pendanaan pengabdian masyarakat, terimakasih kepada mitra yang telah bersedia di jadikan lahan untuk tempat pengabdian masyarakat.

DAFTAR RUJUKAN

- Departemen kesehatan RI. (2014). *Manajemen Laktasi. Buku Panduan Bagi Bidan Dan Petugas Kesehatan di Puskesmas*. Jakarta.
- Hapsari DP dkk. (2018). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif*. Prosiding Workshop dan Presentasi Hasil Penelitian, Pengabdian Masyarakat dan Literatur Review Hidup Sehat dengan Hipnoterapi, 5 November 2018.
- Maryunani, 2012. *Iniasiasi Menyusui Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: Trans Info Media.
- Muyassaroh, Y, Amelia, R, Komariyah. (2018). Faktor Penghambat Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja di Kota Blora. *Jurnal Kebidanan*, 8(1).
- Puskesmas (2022). *Profil Puskesmas Paciran*. Paciran.
- Saputri ME. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kegagalan Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Foriks*, 8(1).
- Septiani, H, Budi, A, Karbito. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif oleh Ibu Menyusui yang Bekerja sebagai Tenaga Kesehatan. *Jurnal Ilmu Kesehata*, 2(2) 2017, 159-174.
- Sringati, dkk. (2016). Hubungan Pengetahuan dan Motivasi Ibu terhadap Pemberian ASI Eksklusif di Desa Jono'oge. *Jurnal Kesehatan Tadulako*, 2(1), 1-75.
- Widdefrita, Mohanis. (2013). Peran Petugas Kesehatan dan Status Pekerjaan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1).