

Exclusive Breastfeeding Education in an Effort to Increase Exclusive Breastfeeding Coverage

Aprilia Utami¹ , Juni Sofiana², Barkah Waladani³

¹Department of Nursing, Universitas Muhammadiyah Gombong, Indonesia

²Departemen of Midwefery, Universitas Muhammadiyah Gombong, Indonesia

³Department of Nursing, Universitas Muhammadiyah Gombong, Indonesia

 apriliau818@gmail.com

Abstract

The lack of knowledge of mothers to provide exclusive breast milk in Terentang Village, West Bangka is a common concern, where exclusive breast milk is the best food for babies. Exclusive breastfeeding is only breastfeeding for six months without any additional fluids, such as formula milk, oranges, honey, tea water, water, and without other additional feedings, such as bananas, milk porridge, biscuits, porridge or team rice. The purpose of Exclusive Breastfeeding Education activities in an effort to increase the coverage of exclusive breastfeeding is to increase the knowledge of breastfeeding mothers related to exclusive breastfeeding. The results of activities in 23 respondents obtained changes in the level of knowledge before education on average by 67 and after education by 78.

Keywords: Education, exclusive breastfeeding, knowledge

Edukasi ASI Eksklusif dalam Upaya Meningkatkan Cakupan ASI Eksklusif

Abstrak

Kurangnya pengetahuan Ibu untuk memberikan ASI Eksklusif di Desa Terentang, Bangka Barat menjadi keprihatinan bersama, dimana ASI Eksklusif merupakan makanan terbaik bagi bayi. ASI Eksklusif adalah hanya pemberian ASI saja selama enam bulan tanpa tambahan cairan apapun, seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, dan tanpa pemberian makanan tambahan lain, seperti pisang, bubur susu, biscuit, bubur atau nasi tim. Tujuan kegiatan Edukasi ASI Eksklusif Dalam Upaya Meningkatkan Cakupan ASI Eksklusif adalah meningkatkan pengetahuan ibu menyusui terkait ASI Eksklusif. Hasil kegiatan pada 23 responden didapatkan perubahan tingkat pengetahuan sebelum edukasi rata-rata sebesar 67 dan setelah diberikan edukasi sebesar 78.

Kata kunci: Edukasi; ASI Eksklusif; Pengetahuan

1. Pendahuluan

Banyak warga khususnya ibu yang memiliki bayi di Desa Terentang, Bangka Barat yang tidak ASI Eksklusif. Kurangnya pengetahuan Ibu untuk memberikan ASI Eksklusif pada bayi mereka di desa Terentang menjadi keprihatinan bersama, dimana ASI Eksklusif merupakan makanan terbaik bagi bayi. ASI Eksklusif adalah hanya pemberian ASI saja selama 6 bulan tanpa tambahan cairan seperti susu, jeruk, madu, teh, air putih, dan tanpa bahan tambahan lain seperti pisang, bubur, kue kering atau nasi [1]. Saat anak berusia enam bulan, mulailah diberi makanan pendamping ASI. Menurut WHO ASI Eksklusif adalah hanya memberikan air susu ibu saja tanpa cairan lain selain obat dan vitamin.

Manfaat diberikannya ASI Eksklusif kepada bayi yaitu ASI dapat menjadi nutrisi bagi bayi, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan kecerdasan, dan dapat meningkatkan jalinan kasih sayang antara ibu dan bayi. Selain itu manfaat yang didapatkan oleh ibu antara lain dapat menjadi kontrasepsi alami yang dapat menunda kehamilan, ASI lebih murah dan ekonomis dibandingkan susu formula, dapat mengurangi resiko terkena kanker dan dapat mengurangi terjadinya perdarahan. [2]

ASI sangatlah penting bagi bayi, untuk itu ibu perlu mengetahui pentingnya memberikan ASI Eksklusifnya kepada bayi. Kehilangan pengetahuan terkait menyusui

merupakan kehilangan besar karena menyusui merupakan cara untuk mempertahankan kehidupan manusia. Menyusui terkhusus secara eksklusif adalah cara alamiah memberikan bayi makanan. Namun seiring berkembangnya zaman banyak informasi yang beredar terkait manfaat pemberian ASI Eksklusif yang belum tentu kebenarannya, sehingga mempengaruhi ibu untuk memberikan ASI Eksklusifnya.

Dalam memberikan ASI Eksklusif dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal antara lain pendidikan, pengetahuan, umur, pekerjaan dan pengalaman menyusui sebelumnya. Setelah dilakukan wawancara terkait ASI Eksklusif, dari 10 Ibu belum tahu tentang ASI eksklusif, 5 Ibu belum menerapkan ASI Eksklusif. Faktor eksternal antara lain dukungan keluarga terutama suami dan ibu maupun ibu mertua serta dukungan petugas kesehatan. Faktor eksternal yang menjadi penting bagi ibu karena seseorang bisa saja sudah paham dan tahu untuk berperilaku sehat tetapi tetap saja tidak melakukannya. Maka dari itu butuh dukungan yang kuat dari keluarga maupun petugas kesehatan. [3]

Dari latar belakang di atas perlu dilakukan peningkatan kesadaran masyarakat terkait pemberian ASI Eksklusif. Untuk itu perlu adanya upaya edukasi pentingnya pemberian ASI Eksklusif, kandungan yang ada di dalam ASI, dan faktor keberhasilan pemberian ASI Eksklusif kepada ibu menyusui.

2. Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan kepada 23 orang ibu menyusui di posyandu balita Desa Terentang, Kecamatan Kelapa, Bangka Barat. Kegiatan dilakukan dengan beberapa tahapan seperti persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

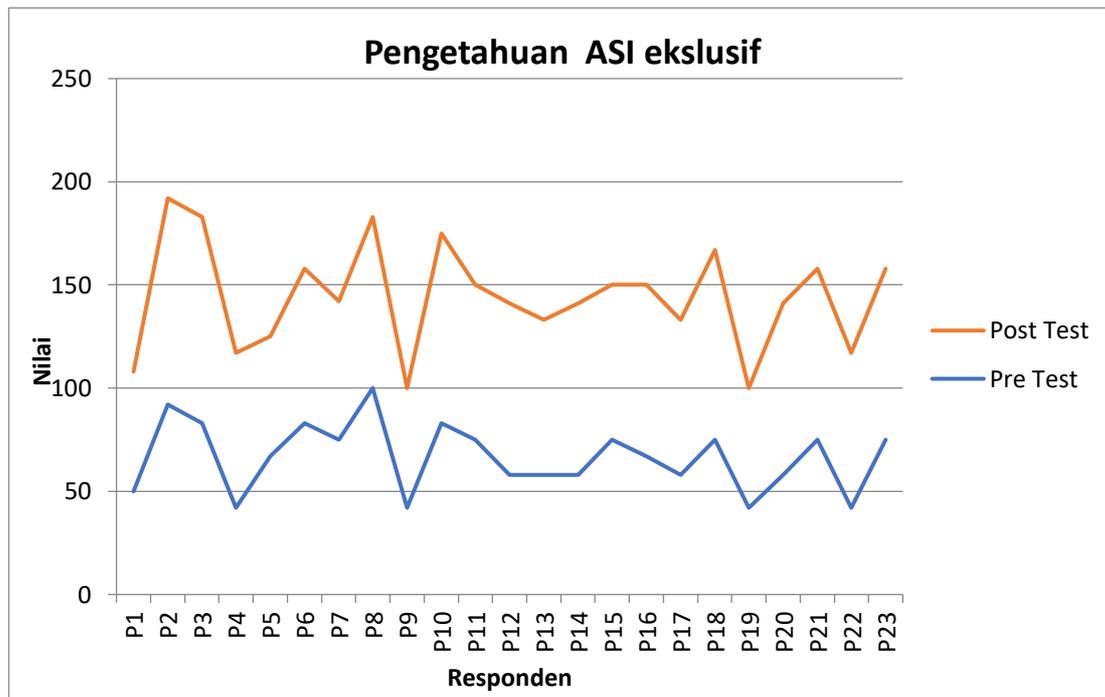
Tahap persiapan yang pertama dilakukan adalah koordinasi terkait masalah yang ada di desa tersebut, yang kedua adalah permohonan izin serta menyiapkan materi dan media. Media yang akan digunakan adalah PPT, Leaflet, dan lembar kuesioner.

Tahap pelaksanaan dilakukan pada tanggal 18 Agustus 2023 secara tatap muka. Eduksi ASI Eksklusif meliputi : pengertian, manfaat, kandungan ASI, faktor keberhasilan pemberian ASI Eksklusif. Tahap evaluasi dilakukan dengan pretest, post test, dan tanya jawab. Pretest dilakukan sebelum edukasi dan post test dilakukan setelah edukasi yang bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar dengan peserta yang ikut adalah 23 orang. Peserta adalah ibu menyusui di Posyandu balita. Hasil pretest dari 23 responden 12 (52,2%) ibu memiliki pengetahuan kurang, 9(39,1%) ibu memiliki pengetahuan cukup dan 2(8,7%) ibu memiliki pengetahuan baik. Hasil post test 5 (21,7%) Ibu memiliki pengetahuan kurang, 14 (60,9%) ibu memiliki pengetahuan cukup dan 4 (17,4%) ibu memiliki pengetahuan baik. Rata-rata tingkat pengetahuan sebelum diberikan edukasi adalah dengan nilai 67 dan setelah diberikan edukasi dengan nilai 78. Pertanyaan berisi tentang pengertian, manfaat pemberian ASI, kandungan yang ada di dalam ASI, dan faktor keberhasilan pemberian ASI Eksklusif kepada ibu menyusui.

Peserta cukup aktif dan antusias saat diberikan materi, seperti terlihat di gambar 1. Peserta juga menyampaikan beberapa pengalaman ketika menyusui dan juga kendala yang dialami saat menyusui. Terjadi perubahan pengetahuan sebelum diberikan materi dan setelah diberikan materi, seperti tertera dalam tabel 1.



Tabel 1 Grafik Perubahan Tingkat Pengetahuan



Gambar 1 Sampel Dokumentasi Kegiatan

Peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat merupakan langkah awal untuk membuat perubahan perilaku kesehatan masyarakat. Dengan edukasi, masyarakat dapat memahami tentang definisi, kandungan yang ada di dalam ASI Eksklusif, manfaat pemberian ASI Eksklusif, dan faktor keberhasilan pemberian ASI Eksklusif.

Pengetahuan Ibu mempengaruhi dalam perilaku pemberian ASI seperti penelitian Riska Sabriana 2022 yang menemukan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang pemberian ASI eksklusif.[4] Hal tersebut sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Notoadmojo (2003) yang mengungkapkan bahwa pengetahuan merupakan bagian yang sangat penting dalam terbentuknya perilaku seseorang. [5]

Edukasi kesehatan terkait ASI Eksklusif dapat melibatkan berbagai kelompok masyarakat seperti Ibu hamil dan juga ibu menyusui, sehingga informasi tentang ASI

Ekklusif dapat disebarluaskan. Materi penyuluhan mencakup tentang definisi, kandungan yang ada di dalam ASI Ekklusif, manfaat pemberian ASI Ekklusif, dan faktor keberhasilan pemberian ASI Ekklusif.

Sebagian wanita secara fisik memang mampu untuk menyusui jika dapat dorongan dan motivasi dari orang terdekat seperti suami, orang tua dan mertua. Roesli (2007) menyatakan bahwa dukungan keluarga merupakan faktor terbesar dalam keberhasilan pemberian ASI Ekklusif. Dukungan keluarga sangat berkontribusi pada perilaku menyusui eksklusif pada ibu yang berupa dukungan informasi, instrumental, dan dukungan emosional.[6]

Pemanfaatan media cetak dan sosial dapat menjadi sarana untuk memberikan edukasi yang meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang ASI Ekklusif. Menurut Notoatmodjo (2007) semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin tinggi juga kemampuan seseorang itu menerima informasi. Tenaga medis seperti dokter, perawat dan lainnya memiliki peran penting untuk memberikan edukasi ASI Ekklusif.

4. Kesimpulan

Hasil pengabdian masyarakat ini adalah terjadi perubahan pengetahuan sesudah dan sebelum diberikan edukasi ASI Ekklusif. Edukasi kesehatan sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan warga masyarakat khususnya ibu untuk memberikan ASI Ekklusif terhadap bayi mereka. Dengan diberikan edukasi harapannya dapat memberikan perubahan perilaku masyarakat menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Referensi

- [1] A. M. Murti, "Pengetahuan Ibu Menyusui tentang ASI Eksklusif," *J. Kesehat. Samodra Ilmu*, vol. 7, no. 2, pp. 115–122, 2016, [Online]. Available: <https://stikes-yogyakarta.e-journal.id/JKSI/article/view/26#:~:text=Latar Belakang%3A ASI Eksklusif adalah,sehingga lebih tahan terhadap penyakit.>
- [2] dr. U. Roesli, *Mengenal ASI Eksklusif*.
- [3] A. Y. Alfaridh *et al.*, "Peningkatan Kesadaran dan Pengetahuan tentang ASI Eksklusif pada Remaja dan Ibu dengan Penyuluhan serta Pembentukan Kader Melalui Komunitas 'CITALIA,'" *J. Pengabd. Kesehat. Masy.*, vol. 1, no. 2, pp. 119–127, 2021.
- [4] R. Sabriana, R. Riyandani, R. Wahyuni, and A. Akib, "Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Pemberian ASI Eksklusif," *J. Ilm. Kesehat. Sandi Husada*, vol. 11, pp. 201–207, 2022, doi: 10.35816/jiskh.v11i1.738.
- [5] R. Lindawati, "Hubungan Pengetahuan, Pendidikan dan Dukungan Keluarga dengan Pemberian ASI Eksklusif," *Faletehan Heal. J.*, vol. 6, no. 1, pp. 30–36, 2019, doi: 10.33746/fhj.v6i1.25.
- [6] O. Oktalina, L. Muniroh, and S. Adiningsih, "Hubungan Dukungan Suami dan Dukungan Keluarga dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu," *Media Gizi Indones.*, vol. 10, no. 1, pp. 64–70, 2016, [Online]. Available: <https://e-journal.unair.ac.id/MGI/article/view/3128/2285>.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)