

## PELATIHAN KADER TENTANG METODE SPEOS UNTUK KELANCARAN ASI PADA IBU POST PARTUM

Sefrina Rukmawati<sup>1</sup>

STIKes Satria Bhakti Nganjuk

*email:* sefrinarkmawati99@gmail.com

### Abstrak

Asi sangat penting untuk perkembangan bayi dari usia nol tahun, ASI tidak hanya memenuhi kebutuhan energi bayi akan tetapi ASI juga sangat penting untuk tumbuh kembang bayi. Cakupan ASI eksklusif belum dapat dikatakan optimal, hal tersebut dipengaruhi salahsatunya ibu mengeluh dengan ASInya yang tidak lancar sehingga ASInya tidak bisa memenuhi kebutuhan anaknya, sehingga ibu tanpa dipikir Panjang beralih dengan Susu formula. Pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada KADER tentang Metode SPEOS diharapkan Kader bisa menerapkan pada ibu postpartum. Kegiatan dilakukan berupa pelatihan dengan menghadirkan Narasumber. Evaluasi keberhasilan kegiatan dilakukan dengan menilai suasana kegiatan, ketrampilan KADER dan pertanyaan tertutup melalui Pra dan pasca tes. Ada sebanyak 30 Kader yang mengikuti kegiatan ini dengan rata-rata usia 30-40 tahun. Para peserta antusias memberikan pertanyaan dan mengikuti jalannya materi. Hasil evaluasi pra dan pascates menunjukkan ada peningkatan pengetahuan KADER posyandu sebesar 31% ( $p=0,000$ ), Kegiatan Pengabdian masyarakat berupa edukasi kelancaran ASI dan Pelatihan Tentang Metode SPEOS untuk kelancaran ASI berhasil dilakukan dengan baik. Edukasi mampu meningkatkan pengetahuan Kader untuk mendampingi ibu postpartum agar bisa menyusui dengan dengan nyaman dan ASI dapat keluar dengan Melimpah sehingga kebutuhan ASI eksklusif terpenuhi.

**Kata Kunci:** ASI, Metode SPEOS, Pengetahuan

### Abstract

Breastfeeding is very important for the development of babies from the age of zero, breast milk does not only meet the energy needs of babies but breast milk is also very important for the growth and development of babies. Coverage of exclusive breastfeeding cannot be said to be optimal, this is influenced by one of the mothers complaining that their milk is not smooth so that the milk cannot meet the needs of their child, so mothers without a second thought switch to formula milk. This Community Service aims to provide education to cadres about the SPEOS method. It is hoped that cadres can apply it to postpartum mothers. Activities carried out in the form of training by presenting resource persons. Evaluation of the success of the activity is carried out by assessing the atmosphere of the activity, cadre skills and closed questions through pre and post tests. There were as many as 30 cadres who took part in this activity with an average age of 30-40 years. The participants enthusiastically asked questions and followed the course of the material. The results of the pre- and post-test evaluations showed that there was an increase in the knowledge of Posyandu cadres by 31% ( $p=0.000$ ). Community service activities in the form of education on the smoothness of breastfeeding and training on the SPEOS method for smooth breastfeeding were successfully carried out. Education is able to increase Cadres' knowledge to assist postpartum mothers so they can breastfeed comfortably and breast milk can come out in abundance so that the need for exclusive breastfeeding is met.

**Keywords:** Breastmilk, SPEOS Method, Knowled

### PENDAHULUAN

Awal kehidupan setiap manusia dimulai dari dalam kandungan yaitu dalam proses kehamilan. Kehamilan normal berlangsung selama 38-40 minggu. Jika dihitung dengan ukuran hari, kehamilan akan berakhir sesudah 226 hari atau 38 minggu pascaovulasi, atau kira-kira 40 mg dari akhir hari pertama haid terakhir. Pada masa kehamilan merupakan masa terjadinya stres fisiologi pada ibu hamil karena masa penyesuaian tubuh ibu terhadap perubahan fungsi tubuh.

Pendampingan ibu setelah melahirkan masih sangat dibutuhkan dimana banyak ibu setelah melahirkan mengeluh tidak bisa mencukupi kebutuhan ASI bayinya karena ASInya tidak keluar atau keluar hanya sedikit.

## METODE

Kegiatan dilakukan berupa pelatihan dengan menghadirkan Narasumber. Evaluasi keberhasilan kegiatan dilakukan dengan menilai suasana kegiatan, ketrampilan KADER dan pertanyaan tertutup melalui Pra dan pasca tes.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian pelatihan kader posyandu telah berhasil meningkatkan pengetahuan Kader Posyandu. Melalui Pendidikan kesehatan, penyuluhan dan tatacara metode SPEOS kader posyandu memperoleh informasi-informasi penting tentang metode yang dapat memperlancar ASI yang selama ini tidak diperoleh dari sumber lain. Pada dasarnya keingintahuan Kader Posyandu tentang Metode SPEOS sangat besar, sehingga setiap informasi yang diberikan dapat mereka serap sebaik-baiknya dan memenuhi rasa ingin tahu mereka selama ini. Informasi tersebut juga sangat bermanfaat, karena berisi tentang aspek-aspek untuk memperlancar ASI yang sangat penting.

Tabel 1 Distribusi tingkat pengetahuan metode SPEOS sebelum dan sesudah diberikan pelatihan tentang Metode SPEOS

Tingkat Pengetahuan	Pre		Post	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Kurang	30	100	0	0
Cukup	0	0	3	10
Baik	0	0	27	90
Hasil uji <i>Wilcoxon</i> $pvalue = 0,000 \leq \alpha = 0,05$				

## SIMPULAN

Pengetahuan kader tentang Metode SPEOS sebelum dilakukan pelatihan adalah seluruhnya mempunyai pengetahuan kurang, setelah dilakukan pelatihan pengetahuan kader meningkat menjadi pengetahuan baik yaitu sebanyak 90%.

## SARAN

Pelatihan kader sangat di perlukan dimana kader orang yang selalu memantau keadaan ibu hamil di desa sebelum mendapat pelayanan kesehatan.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih terhadap STIKes Satria Bhakti dan desa binaan telah memberikan ijin untuk kami untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asbullah, Darwin, & Erika. 2020. Gambaran Intensitas Nyeri dan Manajemen Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri. Riau: Universitas Riau. <https://scholar.google.co.id/gambar-intensitas-nyeri-dan-manajemen-nyeri-dismenore-pada-remaja-putri-riau>
- Budiman dan Riyanto. 2013. Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Dewi, N. S. (2012). Biologi reproduksi. Yogyakarta: Pustaka Rihaman.
- Ernawati, S. 2017. Manajemen Kesehatan Menstruasi. Jakarta: Universitas Nasional.
- Hidayat, 2010. Metode Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif. Surabaya; Health books Publissing.
- Herawati, R. 2017. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Nyeri Hiad.
- Info sehat. 2010. Indikator Indonesia Sehat 2010. Jakarta: Depertemen Kesehatan RI.
- Kumalasari, Intan & Iwan Andhyantoro. 2014. Kesehatan Reproduksi. Jakarta: salemba Medika.
- Kusmiran, Eny. 2011. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika.
- Lestari, Titik. 2015. Kumpulan Teori Untuk Kejadian Pustaka Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.

- Nugroho, Taufan & Bobby Indri Utama. 2014. Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Nafiroh, & Indrawati. 2013. Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore Pada Siswa Putri di MTS NU Mranggen Kabupaten Demak.
- Nursalam. 2016. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 4. Jakarta: Salemba medika.
- Nursalam & Ferry Efendi. 2012 Pendidikan Dalam Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. 2011. Kesehatan Masyarakat Ilmu dan seni. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. 2012. Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- Reeder, S.J. Martin L.L & Koniak-Griffin, D. 2011. Keperawatan Maternitas Volume 1 (edisi 18) Jakarta: EGC.
- Sugiyono. 2015. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D. Bandung: Alfa Beta.
- Sukarni, I. 2013. Kehamilan, Persalinan, dan Nifas. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Soetjiningsih, 2015. Tumbuh Kembang Anak (2nd ed). EGC.
- Ulya, R.A. (2018). Faktor Resiko Dismenore Primer Pada Usia Subur di Kelurahan Ploso Kecamatan Tambaksari Surabaya. Surabaya : Universitas Airlangga. <https://scholar.google.co.id/faktor-resiko-dismenori-primer-pada-usia-subur>.
- Utami, Priyanka Ganesa. 2012. Pengaruh Penyuluhan Dismenore Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Penanganan Dismenore Pada Siswi SMA Muhammadiyah 1 Surakarta. Jurnal: Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Utari, Arlin Dewi. 2015. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dismenore Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Penanganan Dismenore Pada Siswi SMA Muhammdiyah 1 Surakarta. Jurnal : Fakultas Kedokteran Universitas Secelas Maret Surakarta.
- Wiknjosastro. 2008. Ilmu Kandungan. Jakarta: P.T.BinaPustaka Sarwono Prawirohardo.
- Wangsa, Teguh G.H.W. 2010. Menghadapi Stres dan Depresi. Yogyakarta: Oryza.