

## UPAYA MENINGKATKAN CAKUPAN ASI EKSKLUSIF MELALUI KONSELING MANAJEMEN LAKTASI DENGAN BOOKLET

Sri Emilda<sup>1</sup>, Fyzria Qudratullah<sup>2</sup>, Ria Gustiani<sup>3</sup>

<sup>1</sup>)Program Studi D III Kebidanan, STIKES Mitra Adiguna

<sup>2,3</sup>)Program Studi S I Kebidanan, STIKES Mitra Adiguna

*e-mail* : sriemilda1@gmail.com

### Abstrak

Dewasa ini, menyusui bayi merupakan program pemerintah yang wajib dilakukan oleh ibu nifas karena banyak manfaat dari proses menyusui, baik bagi ibu nifas maupun bagi bayinya. Namun tidak dipungkiri bahwa banyak fakta di masyarakat yang menunjukkan bahwa dalam melakukan proses menyusui sebenarnya tidak mudah, bahkan banyak ibu yang gagal dalam menyusui, hal ini sebagian besar disebabkan karena ibu post natal belum memiliki pengetahuan dalam manajemen laktasi. Kekhawatiran ibu soal volume ASI pada dua minggu pertama dapat menjadi penghambat ASI eksklusif. Oleh karena itu, konseling dan manajemen laktasi yang baik dapat meningkatkan ASI eksklusif hingga 50 persen. Intervensi yang menyediakan konseling antenatal dan postnatal lebih efektif daripada menargetkan pada satu periode saja. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil (antenatal) dan ibu nifas (postnatal) mengenai manajemen laktasi. Peserta kegiatan ini adalah ibu hamil dan ibu nifas di PMB Soraya Palembang. Sasaran sebanyak 25 orang ibu hamil dan ibu nifas. Metode yang dilakukan dengan tiga tahapan meliputi persiapan, edukasi dan evaluasi. Setelah dilakukan konseling manajemen laktasi terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan dari 10 orang (33,3%) yang berpengetahuan baik menjadi 26 orang (86,7%) dengan rata-rata tingkat pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan yaitu 45 dan rata-rata tingkat pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan menjadi 82, maka selisih rata-rata nilai pretest dan posttest adalah sebanyak 37. Dapat disimpulkan bahwa konseling manajemen laktasi dengan media booklet sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai manajemen laktasi sebagai upaya meningkatkan cakupan ASI eksklusif.

**Kata Kunci** : Manajemen Laktasi; Konseling Laktasi, ASI Eksklusif

### Abstract

Nowadays, breastfeeding is a government program that must be carried out by postpartum mothers because of the many benefits of breastfeeding, both for postpartum mothers and for their babies. However, it is undeniable that many facts in the community show that the process of breastfeeding is actually not easy, even many mothers fail in breastfeeding, this is largely due to post natal mothers who do not have knowledge in lactation management. Maternal concerns about milk volume in the first two weeks can be a barrier to exclusive breastfeeding. Therefore, good lactation counseling and management can increase exclusive breastfeeding by 50 percent. Interventions that provide antenatal and postnatal counseling are more effective than targeting a single period. This community service aims to improve the knowledge of pregnant women (antenatal) and postnatal women (postnatal) regarding lactation management. The participants of this activity are pregnant women and postpartum women at PMB Soraya Palembang. The target group was 25 pregnant women and postpartum mothers. The method was carried out with three stages including preparation, education and evaluation. After lactation management counseling there was a significant increase in knowledge from 10 people (33.3%) who were well informed to 26 people (86.7%) with an average level of knowledge before counseling was 45 and the average level of knowledge after counseling was 82, then the difference in the average pretest and posttest scores was 37. It can be concluded that lactation management counseling with booklet media is very effective in increasing mothers' knowledge of lactation management as an effort to increase exclusive breastfeeding coverage.

**Keywords**: Lactation Management; Lactation Counseling, Exclusive Breastfeeding

### PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) merupakan sumber gizi dengan komposisi seimbang untuk kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI adalah makanan lengkap untuk bayi, dan kandungan gizi dalam ASI berupa kalori, vitamin, dan mineral adalah yang terbaik untuk bayi karena memiliki

proporsi yang sesuai. Dan pemberian ASI selama 6 bulan justru mendorong pertumbuhan bayi yang optimal. Anak-anak yang mendapat ASI Eksklusif 14 kali lebih mungkin untuk bertahan hidup dalam enam bulan pertama kehidupan di bandingkan anak yang tidak disusui. Mulai menyusui pada hari pertama setelah lahir dapat mengurangi resiko kematian baru lahir hingga 45% (Ermitha, Kebidanan, & Kesehatan Palangka Raya, 2020).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia cakupan ASI Eksklusif nasional dalam 3 tahun terakhir mengalami penurunan, yaitu tahun 2018 sebesar 68,74%, pada tahun 2019 sebesar 67,74% dan pada tahun 2020 sebesar 66,06%. Selain mengalami penurunan, dari ketiga cakupan ASI Eksklusif nasional tersebut belum mencapai target nasional yaitu sebesar 80%. Dinas Kesehatan Sumatera Selatan menurut badan pusat statistik presentasi bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif menurut Provinsi Sumatera Selatan Palembang pada tahun 2021 sebanyak 69,93%.

Pelaksanaan meningkatkan cakupan ASI eksklusif menemukan banyak kendala, diantaranya dipengaruhi oleh belum maksimalnya keterampilan menyusui agar ASI dapat mengalir dari payudara ibu ke bayi secara efektif. Keterampilan menyusui yang baik meliputi posisi menyusui dan perlekatan bayi pada payudara yang tepat, keberhasilan menyusui yang pelaksanaannya dimulai pada masa kehamilan (antenatal), setelah persalinan (prenatal) dan masa menyusui bayi (post-natal) (Haryono, 2014).

Kegagalan dalam menyusui dapat dipengaruhi oleh faktor internal, antara lain: pengetahuan, pendidikan dan pekerjaan ibu, serta faktor eksternal, antara lain promosi susu formula dan tehnik menyusui yang benar. Jika ibu nifas menyusui dengan tehnik yang tidak benar akan menyebabkan terjadinya penyulit dalam proses menyusui. Penyulit tersebut antara lain terjadinya putting susu lecet dan payudara bengkak yang menyebabkan ibu tidak bisa maksimal dalam menyusui bayinya dan bayipun tidak bisa menyusu secara optimal sehingga produksi ASI (Air Susu Ibu) tidak lancar dan bayi tidak mendapat ASI yang berlimpah. Manajemen laktasi merupakan segala upaya yang dilakukan untuk membantu mencapai keberhasilan dalam menyusui bayinya. Usaha ini dilakukan dalam tiga tahap ,yaitu pada masa kehamilan (antenatal), sewaktu ibu dalam persalinan sampai keluar rumah sakit (perinatal), dan masa menyusui selanjutnya sampai anak berumur 2 tahun (postnatal) (Munir, Studi Keperawatan, Kesehatan, & Nurul Jadid, 2020).

Salah satu upaya pemenuhan target dalam pemberian ASI Eksklusif dengan memberikan Pendidikan kesehatan manajemen laktasi pada ibu postpartum, karena semakin banyak informasi dapat menambah pengetahuan dan keterampilan seseorang, menimbulkan kesadaran yang akhirnya akan mengubah perilaku seseorang sesuai pengetahuannya. oleh karena itu Pendidikan kesehatan tentang manajemen laktasi sangat penting untuk ibu postpartum, supaya ibu mengetahui pentingnya manajemen laktasi (Munir, Studi Keperawatan, Kesehatan, & Nurul Jadid, 2020).

Faktor yang mempengaruhi tingkat keberhasilan ASI eksklusif adalah informasi dan promosi yang didapatkan oleh ibu menyusui, dukungan keluarga, peran petugas kesehatan serta anatomi fisiologi payudara ibu menyusui (Emilda, 2020).

Pelaksanaan KIE nifas sangat efektif dilakukan berdasarkan kegiatan KIE yang telah dilakukan berupa penyuluhan dan konseling pada ibu nifas setelah mengikuti kegiatan KIE ibu nifas mengerti dan memahami mengenai ASI eksklusif (Emilda & Saswita, 2022).

Pelaksanaan edukasi tentang manajemen laktasi yang selama ini berlangsung di pelayanan kesehatan dianggap kurang berhasil karena edukasi yang diberikan kurang diminati oleh ibu dan hanya bersifat satu arah yang mengakibatkan tidak terjadi komunikasi yang efektif antara ibu dan bidan (Ratnaeni, 2021).

Upaya meningkatkan perilaku untuk mencapai kesehatan yang optimal perlu diberikan pendidikan kesehatan sebagai usaha atau kegiatan tersebut. Pendidikan kesehatan dapat dilakukan menggunakan berbagai media seperti media audio (verbal), media visual (Booklet,dll), media audio visual (video, televisi).

Media booklet dan leaflet merupakan desain komunikasi visual karena memuat informasi dalam komunikasi visual karena memuat informasi dalam bentuk gambar dan tulisan. Adapun kelebihan yang dimiliki oleh media booklet meliputi efisiensi biaya media cetak, menjangkau masyarakat luas, menarik, dapat dibawa kemana saja, dan lebih mudah dimengerti oleh masyarakat luas, sedangkan media leaflet memiliki kelebihan yaitu mempermudah penyampaian informasi dan memperlancar proses komunikasi sehingga informasi dapat tersampaikan secara maksimal. Besarnya persentase

indera penglihatan manusia dalam penyerapan informasi yakni sebesar (83%) menyebabkan desain komunikasi visual berpotensi besar dalam meningkatkan kualitas penerimaan edukasi dan informasi (D. N. Rahmah, K. W. Setiono, and A. S. Telussa, 2021) dalam (Syifa Ningrum, 2022).

Berdasarkan penelitian Syifa Ningrum S, dkk (2022) didapatkan ada pengaruh terhadap rata-rata tingkat pengetahuan dan efikasi diri ibu menyusui sebelum dan sesudah diberikan media booklet dan leaflet MAMASI dengan *p-value* 0,000 (<0,05).

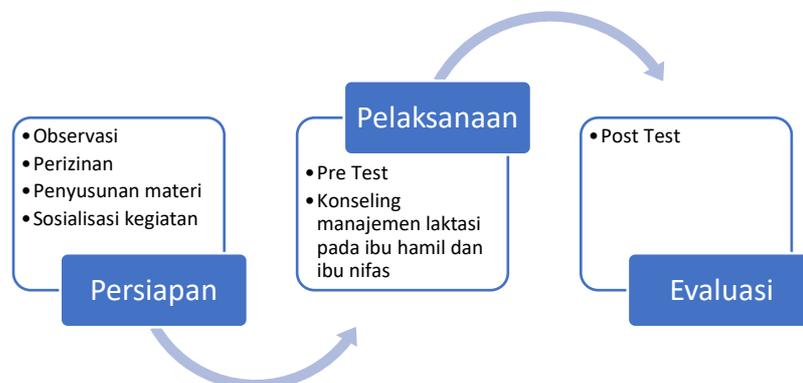
Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil (antenatal) dan ibu nifas (postnatal) mengenai manajemen laktasi di PMB Soraya Palembang.

## METODE

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan tiga tahapan, yaitu: pertama, tahap persiapan pada tanggal 28 s/d 30 September 2023, dengan melakukan survey data kunjungan ANC dan persalinan di lokasi pengabdian sekaligus izin dan sosialisasi terkait pelaksanaan kegiatan di PMB Soraya Palembang dan memantapkan sasaran kegiatan ini yaitu ibu antenatal dan postnatal di PMB Soraya Palembang yang total berjumlah 30 orang. Dalam pelaksanaan PMB ini melibatkan 3 orang dosen dan 4 orang mahasiswa prodi D III Kebidanan STIKES Mitra Adiguna dan 2 orang bidan pelaksana di PMB Soraya Palembang.

Kedua, tahap pelaksanaan pada tanggal 2 s/d 21 Oktober 2023 dengan sasaran 30 orang ibu hamil/antenatal dan ibu nifas/postnatal, diawali dengan dilakukan pre-test pada ibu hamil dan ibu nifas sasaran konseling. Pre-test diberikan 10 pertanyaan tentang manajemen laktasi. Kriteria penilaian adalah pengetahuan baik bila ibu dapat menjawab  $\geq 75\%$  pertanyaan dengan benar dan pengetahuan kurang bila ibu menjawab  $<75\%$  pertanyaan dengan benar. Langkah selanjutnya dilakukan konseling mengenai manajemen laktasi dengan media booklet. Pada tahap ini dilakukan dengan metode konseling secara individu pada ibu hamil dan ibu . Setelah dilakukan konseling ibu hamil dan ibu nifas diberikan kesempatan untuk bertanya dan berkonsultasi kepada narasumber, pada kesempatan ini juga dilakukan konseling interpersonal pada ibu hamil yang berisiko.

Ketiga, tahap evaluasi dengan melakukan post-test pada ibu hamil dan ibu nifas yang telah diberikan konseling manajemen laktasi dimana pertanyaan pada post-test sama dengan pertanyaan pada pre-test, hal ini dilakukan untuk mengetahui, menilai, dan mengukur tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai manajemen laktasi setelah dilakukan kegiatan konseling.



Gambar 1. Bagan Alir kegiatan PKM

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Telah dilaksanakan program konseling manajemen laktasi terhadap 30 orang ibu hamil dan ibu nifas yang datang ke PMB Soraya Palembang. Konseling dilakukan dengan media booklet manajemen laktasi. Dalam pelaksanaan konseling dilakukan secara individu atau personal antara konselor dengan ibu hamil dan ibu nifas. Kegiatan konseling manajemen laktasi berjalan lancar dan semua peserta mengikuti kegiatan pre-test dan post-test dengan mengisi kuesioner mengenai manajemen laktasi (gambar 2).



Gambar 2. Pelaksanaan Konseling dan Pre-test dan Post-test

Setelah dilakukan konseling manajemen laktasi terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan dari 10 orang (33,3%) yang berpengetahuan baik menjadi 26 orang (86,7%) dengan rata-rata tingkat pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan yaitu 45 dan rata-rata tingkat pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan menjadi 82, maka selisih rata-rata nilai pretest dan posttest adalah sebanyak 37.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Sefanyasari (2022), menunjukkan ada pengaruh penyuluhan dengan booklet terhadap pengetahuan ibu menyusui tentang ASI eksklusif dengan  $p=0,000$ .

Menurut (Puspitaningrum et al., 2018), pendidikan kesehatan dengan media booklet memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan. Dengan menggunakan media cetak cenderung lebih mudah untuk memahami tentang muatan informasi karena informasi yang tercantum di dalam booklet ringan dan dapat dipelajari sendiri oleh seseorang.

Berbekal pengetahuan yang baik, diharapkan sasaran memiliki perilaku yang baik khususnya dalam memberikan ASI secara eksklusif bagi bayinya. Pengetahuan merupakan salah satu komponen yang mewujudkan dan mendukung terjadinya perilaku. (Hapitria & Jubaedah, 2018). Pendidikan kesehatan baik melalui konseling maupun penyuluhan dapat meningkatkan cakupan pemberian ASI eksklusif (Kasmawati, Longgupa, Ramadhan, Nurfatimah, & Sitorus, 2021; Nurfatimah, Entoh, & Ramadhan, 2019)

## SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan konseling manajemen laktasi sangat efektif dilakukan. Dari evaluasi yang dilakukan setelah mengikuti konseling ibu hamil dan ibu nifas terjadi peningkatan pengetahuan mengenai manajemen laktasi dan berkomitmen untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya.

## SARAN

Diharapkan dapat dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat sebagai upaya meningkatkan cakupan ASI eksklusif dalam bentuk dan media yang lebih variatif dan efektif. Diharapkan bidan melakukan konseling manajemen laktasi secara rutin dalam rangka meningkatkan cakupan ASI eksklusif.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ketua STIKES Mitra Adiguna Palembang yang telah memberikan dukungan finansial terhadap pelaksanaan kegiatan Pengabdian masyarakat ini. Dan penulis juga mengucapkan kepada PMB. Soraya yang telah memberikan izin sebagai tempat pelaksanaan kegiatan Pengabdian masyarakat ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Emilda, S., & Saswita, R. (2022). Peningkatan Cakupan Asi Eksklusif dan Akseptor KB MKJP Melalui Pelaksanaan KIE pada Ibu Nifas. 4(2), 14– 18. <https://doi.org/10.47841/semnasadpi.v4i2.53>
- Emilda,S., & Wulandari.(2021). Manajemen Laktasi Dan Kajian Pengalaman Ibu Dalam Proses Menyusui:Yayasan Pendidikan dan Sosial Indonesia Maju (YPSIM) Banten Kavling Aji Said - Muntil Permai Blok A.12 Lingkungan Muntil Kota Serang Provinsi Banten.

- Ermitha, Y., Kebidanan, J., & Kesehatan Palangka Raya, P. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Dan Whatsaap Terhadap Peningkatan Pemberian ASI Eksklusif. In Mahakam Midwifery Journal (Vol. 5, Issue 1).
- Hapitria, P., & Jubaedah, H. E. (2018). Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Manajemen Laktasi Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Uptd Puskesmas Sitopeng Kota Cirebon Tahun 2016. Prosiding. April, 2016–2019. Retrieved from <http://ejurnal.poltekekestasikmalaya.ac.id/index.php/PPM/article/view/125/0>
- Kasmawati, K., Longgupa, L. W., Ramadhan, K., Nurfatimah, N., & Sitorus, S. B. M. (2021). Pendidikan Kesehatan untuk Meningkatkan Cakupan Pemberian ASI Eksklusif di Desa Patirobajo Kabupaten Poso. *Community Empowerment*, 6(4), 666–669. <https://doi.org/10.31603/ce.4493>
- Munir, Z., Studi Keperawatan, P., Kesehatan, F., & Nurul Jadid, U. (2020). Citra Delima : Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung Efektifitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Audio Visual dan Poster terhadap Perilaku Ibu Primipara dalam Manajemen Laktasi. *Ji*, 3(2), 110–117. <http://jurnalilmiah.stikescitradelima.ac.id/index.php/>.
- Puspitaningrum, W., & Supatman. (2018). Identifikasi Mangga Harum Manis Karbitan dan Tidak Karbitan dengan Learning Vector Quantization. *Jurnal Multimedia & Artificial Intelligence*, 29-36.
- Ratnaeni. (2021). Pengaruh Edukasi Media Whatsapp Tentang Gizi Laktasi , Involusi Uteri , Dan Lochea Terhadap Pengetahuan , Sikap Dan Perilaku Ibu Nifas The Influence Of Whatsapp Media Education About Lactation Nutrition ,Uterine Involution , and Lochea on Knowledge , Att. 8(1), 20–33.