

## **PKM KELOMPOK IBU MENYUSUI DI POSYANDU MELATI DESA BUKIT KRATAI WILAYAH KERJA UPT BLUD PUSKESMAS RUMBIO KABUPATEN KAMPAR**

**Nislawaty<sup>1</sup>, Syukrianti Syahda<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Bangkinang, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Bangkinang, Indonesia  
nislawaty@gmail.com

**Abstrak:** Menyusui menjadi aktivitas yang sangat bermanfaat, tidak saja bagi ibu tetapi juga untuk buah hati. Bagi bayi dan balita, ASI adalah sumber gizi yang terbaik dan sudah terbukti keampuhannya dalam menyelamatkan kehidupan. ASI membantu melindungi anak dari berbagai penyakit. Beberapa ibu menyusui mengalami masalah dalam memberikan ASI kepada bayinya, permasalahan tersebut meliputi masih adanya ibu-ibu yang mengeluh ketidaknyamanan dalam memberikan ASI sehingga menyebabkan puting susu lecet dan jumlah ASI yang semakin berkurang. Edukasi terhadap ibu menyusui sangat diperlukan agar ibu-ibu dapat dengan nyaman memberikan ASI kepada bayinya tanpa merasakan kesulitan dan kekhawatiran terhadap kualitas ASI yang akan dinikmati oleh bayinya. Hal ini diawali dari tahap persiapan, pelaksanaan kegiatan. Setelah dilakukan PKM terhadap ibu menyusui pada tanggal 02 Juli 2021. Didapatkan hasil bahwa ibu-ibu merasa lebih memahami dan menikmati proses pemberian ASI kepada bayi sehingga rasa aman dan nyaman dalam memberikan ASI tersebut juga dirasakan oleh bayi, hal tersebut ditunjukkan bayi menjadi lebih tenang dan beristirahat dengan nyaman.

**Kata Kunci:** Menyusui; Metode Menyusui; Nutrisi Menyusui

**Abstract:** *Breastfeeding is a very useful activity, not only for mothers but also for children. For infants and toddlers, breast milk is the best source of nutrition and has proven its efficacy in saving lives. Breast milk helps protect children from various diseases. Some breastfeeding mothers experience problems in giving breast milk to their babies, these problems include there are still mothers who complain of discomfort in breastfeeding so that it causes sore nipples and the amount of breast milk is decreasing. Education for breastfeeding mothers is very necessary so that mothers can comfortably give breast milk to their babies without feeling difficulties and worries about the quality of breast milk that will be enjoyed by their babies. This starts from the preparation stage, the implementation of activities. After PKM was carried out on breastfeeding mothers on July 02, 2021. The results showed that mothers felt more understanding and enjoyed the process of breastfeeding their babies so that the baby felt safe and comfortable in giving breast milk, this was shown by the babies becoming calmer and more relaxed. rest comfortably.*

**Keywords:** *Breastfeeding; Breastfeeding Method; Breastfeeding Nutrition*

### **Pendahuluan**

Desa adalah bagian dari tempat berkumpulnya masyarakat pada suatu komunitas tertentu. Di dalam komunitas tersebut terbagi juga atas beberapa kelas/ kelompok masyarakat, yakni ibu menyusui. Ibu menyusui merupakan bagian dari masyarakat yang membutuhkan perhatian khusus yang mana di dalamnya perlu adanya pengawasan maksimal dalam melakukan deteksi dini masalah, salah satunya adalah anemia.

Menyusui menjadi aktivitas yang sangat bermanfaat, tidak saja bagi ibu tetapi juga untuk buah hati. Begitu bermanfaatnya menyusui, hingga Islam menyebut sangat mulia

Bunda yang memberikan ASI dan menganjurkan untuk menyusui anak-anaknya hingga dua tahun.

Bagi bayi dan balita, ASI adalah sumber gizi yang terbaik dan sudah terbukti keampuhannya dalam menyelamatkan kehidupan. ASI membantu melindungi anak dari berbagai penyakit yang banyak dialami anak-anak, seperti diare dan pneumonia. Selain itu, telah diketahui pula anak yang mendapatkan ASI memperlihatkan hasil tes kecerdasan yang lebih baik, memiliki kemungkinan mengalami obesitas atau berat badan berlebih yang lebih rendah, dan tidak rentan mengalami penyakit-penyakit tidak menular di masa dewasa. Peningkatan pemberian ASI secara global berpotensi menyelamatkan lebih dari 820.000 nyawa dan mencegah pertambahan sebanyak 20.00 kasus kanker payudara pada perempuan setiap tahunnya.

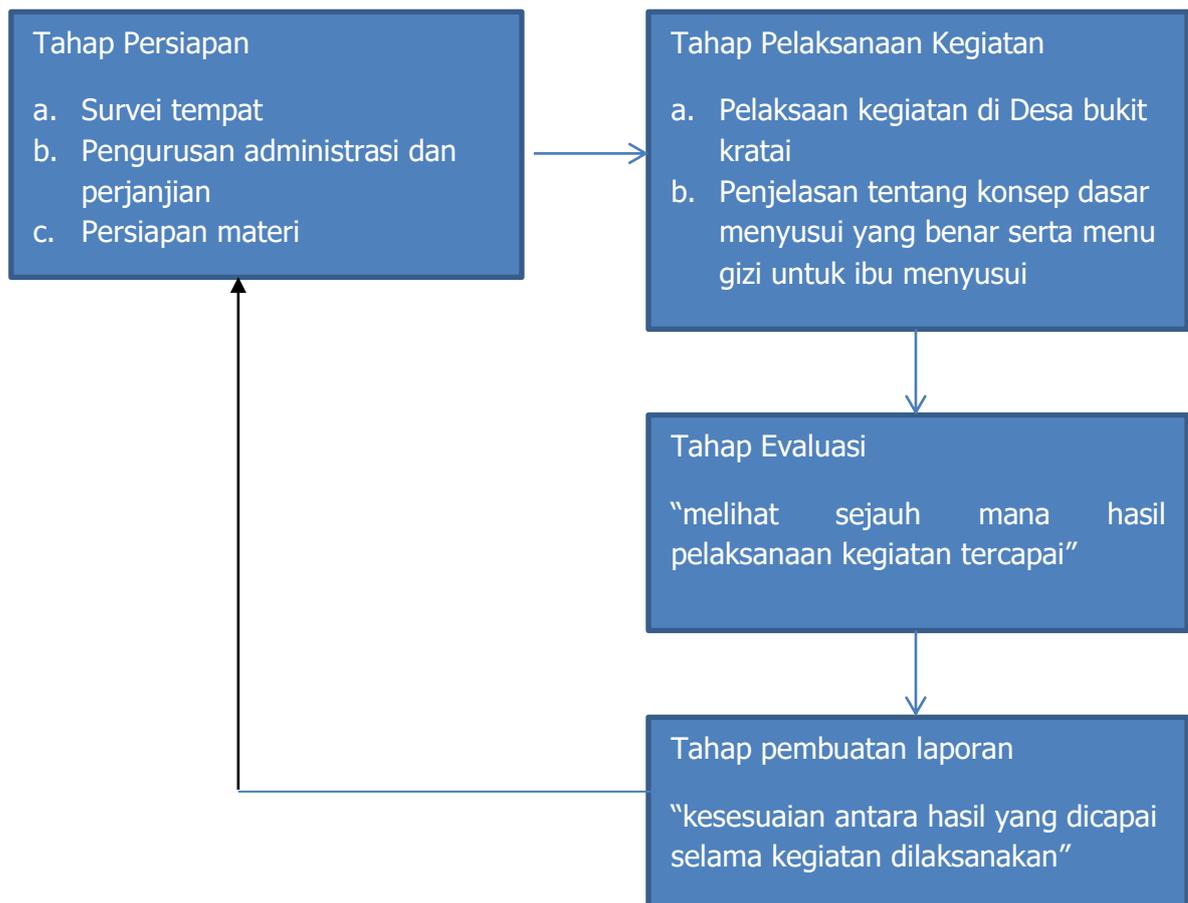
Pada masa sebelum pandemi pun, hanya 1 dari 2 bayi berusia di bawah enam bulan yang menerima ASI eksklusif di Indonesia, dengan median durasi pemberian ASI eksklusif hanya selama tiga bulan. Pada usia 12 bulan dan 23 bulan, bayi yang masih menerima ASI masing-masing adalah tiga perempat dan sedikit di atas separuh dari seluruh populasi bayi. Kini, pandemi membawa sejumlah tantangan baru bagi para ibu—tidak hanya kekhawatiran perihal keamanan menyusui di masa pandemi, tetapi pembatasan sosial menyebabkan semakin sulitnya mendapatkan dukungan untuk ibu menyusui.

Beberapa hal yang harus diperhatikan oleh ibu menyusui selama pandemic covid-19 ini, yakni pertama memastikan agar ibu menyusui menerima vaksin covid-19 dan ibu didorong agar tetap menyusui setelah vaksinasi. Kedua, memastikan ketersediaan konseling menyusui untuk semua ibu dan pengasuh dari anak berusia di bawah dua tahun, baik secara tatap muka maupun melalui sarana digital. Ketiga, menguatkan implementasi dan pemantauan penerapan Kode Internasional Pemasaran Produk Pengganti ASI untuk melindungi ibu dari pemasaran produk pengganti ASI yang tidak etis.

Beberapa hal yang menyebabkan ibu enggan menyusui, salah satunya dikarenakan posisi ibu menyusui yang tidak nyaman sehingga menimbulkan masalah seperti lecetnya puting susu dan berkurangnya produksi ASI. Ketidaknyamanan itu juga dirasakan oleh bayi sehingga bayi merasa tidak kenyang dan istirahatpun tidak nyaman.

## **Metode**

Kegiatan ini diharapkan sekolah lebih mampu dan mandiri dalam memandirikan dan pengawasan serta menumbuhkan kesadaran ibu menyusui sehingga terjadi peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku tentang cara menyusui serta menu gizi ibu menyusui. Dengan adanya cakupan kegiatan ini nantinya dapat meningkatkan derajat kesehatan ibu menyusui dan meningkatkan rasa aman dan nyaman pada ibu menyusui. Adapun alur metode pengabdian masyarakat tersebut tertuang di bawah ini:



**Bagan 1.** Kerangka Pemecahan Masalah

## Hasil dan Pembahasan

Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian dapat diuraikan melalui 2 (dua) tahapan kegiatan, yaitu persiapan dan pelaksanaan. Pada tahap persiapan yang merupakan perencanaan program pengabdian dilakukan kegiatan sebagai berikut :

1. Koordinasi dengan pihak Puskesmas Pembantu Desa Bukit Kratai  
Koordinasi dengan pihak Puskesmas Pembantu Desa Bukit Kratai dilakukan dengan Bidan Desa. Pihak Puskesmas Pembantu menerima dan mendukung kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh Tim Pengabdian dalam rangka memantau status kesehatan ibu menyusui yang ada di Puskesmas Pembantu.
2. Penetapan waktu pelatihan  
Pelaksanaan pelatihan berdasarkan kesepakatan dengan Bidan Desa Bukit Kratai yang dilakukan pada hari Jum'at, tanggal 02 Juli 2021.
3. Penentuan sasaran dan target peserta pelatihan  
Dari koordinasi dengan Bidan Desa maka sasaran penyuluhan kesehatan adalah ibu-ibu menyusui yang datang ke Posyandu.

4. Perencanaan materi pelatihan

Materi pelatihan yang telah direncanakan oleh tim pengabdian meliputi pengetahuan tentang ASI, dan menu gizi bagi ibu menyusui.

Tahapan persiapan di atas selanjutnya diikuti dengan tahap pelaksanaan. Pada tahap pelaksanaan program pengabdian dapat diuraikan pada pembahasan dibawah ini yakni:

1. Kegiatan pengabdian " Meningkatkan Pengetahuan Ibu tentang teknik menyusui dan menu gizi ibu menyusui melalui Penyuluhan Kesehatan di Desa Bukit Kratai" dilaksanakan pada hari Jum'at, tanggal 02 Juli 2021, di Puskesmas Pembantu Desa Kratai.
2. Kegiatan pengabdian dihadiri oleh 15 orang peserta pada saat Posyandu dilakukan.
3. Para peserta cukup senang dan antusias dengan adanya program pengabdian dari tim PKM FIK UP berupa Meningkatkan Pengetahuan Ibu menyusui tentang metode menyusui yang baik dan benar dan menu gizi yang tepat bagi ibu menyusui melalui Penyuluhan Kesehatan di Desa Bukit Kratai.
4. Materi pelatihan berupa: (a) pengetahuan teknik menyusui yang baik dan benar, (b) Macam-macam posisi menyusui, (c) Cara mengolah menu gizi bagi ibu menyusui
5. Pada sesi tanya jawab ada beberapa pertanyaan yang diajukan peserta, antara lain: contoh posisi menyusui yang benar, makanan yang harus dihindari ibu saat menyusui, bagaimana meningkatkan berat badan bayi saat ibu menyusui.
6. Dalam kegiatan penyuluhan kesehatan ini diberikan macam-macam menu yang dapat meningkatkan produktifitas ASI melalui leaflet dan brosur.

Hasil pelaksanaan kegiatan PKM secara garis besar dapat dilihat berdasarkan komponen sebagai berikut:

1. Keberhasilan target jumlah peserta pelatihan  
Keberhasilan target jumlah peserta pelatihan dapat dikatakan sangat baik. Seluruh ibu menyusui yang memiliki bayi yang diundang hampir seluruhnya datang sekitar 85% atas undangan Bidan Desa dan Kader.
2. Ketercapaian tujuan penyuluhan Kesehatan  
Ketercapaian tujuan pelatihan dapat dikatakan baik (80%). Ada peningkatan pengetahuan dari peserta tentang teknik menyusui yang baik dan benar serta edukasi menu gizi yang baik bagi ibu menyusui. Sehingga ibu sudah faham dan mengetahui cara memberika ASI yang tepat dan benar serta bagaimana agar kualitas ASI meningkat.
3. Ketercapaian target materi yang telah direncanakan  
Ketercapaian target materi yang telah direncanakan dapat dikatakan baik (80%). Semua materi pelatihan dapat disampaikan oleh tim pengabdian dengan waktu yang terbatas. Materi yang telah disampaikan : [(a) pengetahuan ibu tentang teknik menyusui yang baik dan benar, (b) Macam-macam posisi menyusui, (c) Cara mengolah menu gizi dalam meningkatkan produksi ASI. Semua materi tersebut dapat disampaikan oleh tim pengabdian dengan waktu yang sudah ditentukan.

#### 4. Kemampuan peserta dalam penguasaan materi

Kemampuan peserta dalam penguasaan materi dapat dikatakan baik (75%). Penyampaian materi dengan metode ceramah dan demonstrasi mendukung kemampuan peserta dalam menguasai materi yang disampaikan oleh tim pengabdian.

Secara keseluruhan kegiatan PKM PKM Kelompok Ibu Menyusui Di Posyandu Melati Desa Bukit Kratai Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Rumbio Jaya dapat dikatakan baik dan berhasil, yang dapat diukur dari keempat komponen di atas.

Pengabdian Masyarakat telah dilaksanakan pada tanggal 02 Juli 2020 di Desa Bukit Kratai. Pengabdian ini dilaksanakan kepada ibu-ibu menyusui yang memiliki bayi untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibutentang tekni menyusui yang baik dan benar serta menu gizi dalam meningkatkan produktifitas ASI. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat berjalan dengan baik dan tepat sasaran.

Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat ini dihadiri oleh 15 orang ibu menyusui yang membawa bayinya. Dilakukan pemberian Meningkatkan Pengetahuan Ibu menyusui tentang tekni menyusui yang baik dan benar serta menu-menu gizi yang tepat untuk meningkatkan produktifitas ASI.



**Gambar 1.** Kegiatan dilaksanakan tanggal 02 Juli 2021

#### **Kesimpulan**

1. Pelatihan "Meningkatkan Pengetahuan Ibu menyusui tentang teknik menyusui yang baik dan benar melalui Penyuluhan Kesehatan" dapat meningkatkan pengetahuan tibu tentang menyusui..
2. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan bagi peserta penyuluhan kesehatan tentang menu gizi ibu menyusui metode ceramah.

3. Pemberdayaan bidan dan kader dalam pemantauan Pemberian ASI diharapkan dapat terwujud dengan baik dengan adanya pemberian beberapa contoh modifikasi menu gisi dalam peningkatan produktifitas ASI.

### Ucapan Terima Kasih

Terima Kasih teruntuk Ibu kepala Puskesmas Rumbio Jaya yang telah memberikan izin pelaksanaan pengabdian masyarakat ini pada wilayah kerja Puskesmas Rumbio Jaya, sehingga pelaksanaan kegiatan dapat berlangsung dengan tertib dan aman. Serta bidan desa yang telah meluangkan waktu guna terlaksananya kegiatan di tempat beliau berkerja dan mengabdikan.

### Referensi

- Anggorowati & Nuzulia, F. (2013). Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Desa Bebeban Kecamatan Boja Kabupaten Kendal. *Jurnal Keperawatan Maternitas* Vol. 1 No.1; 1-8
- Alodokter. (2015). Tidak Sedikit Manfaat Ikan Lele. [www.alodokter.com](http://www.alodokter.com)
- Bobak. 2005. Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Edisi 4. Jakarta. EGC
- Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar. (2020). Laporan Tahunan Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar.
- Erlinawati, E. (2019). Hubungan Frekuensi Pemberian ASI Pada Ibu Menyusui Dengan Peningkatan Berat Badan Bayi. *Jurnal Doppler*, 3(2), 9-17.
- Hamilton, P.M. (2010). Dasar-dasar Keperawatan Maternitas. Edisi 7. Alih Bahasa: Asih, G.Y. Jakarta: EGC
- Helen. Varney. 2007. Buku Ajar Asuhan Kebidanan. Jakarta. EGC
- Indriyani D., Asmuji. Dan Wahyuni, S., (2016). Edukasi Postnatal dengan Pendekatan Family Centered Maternity Care (FCMC). Yogyakarta: Trans Medika
- Indriyani D. dan Azza, A. (2017). Survey perilaku konsumsi nutrisi pada ibu menyusui dan ASI Eksklusif di Kabupaten Jember. LPPM. Universitas Muhammadiyah Jember
- Laurie. S. Maryam Ns. Dkk. 1991. Nursing Care Of The Bearing Family. Apleton & Lage. California
- Prawiroharjo. Sarwono. 2002. Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal. Jakarta. Yayasan Bina Pustaka
- Saifuddin. 2000. Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal. Jakarta. EGC
- Undang-Undang Republik Indonesia No. 36 tahun 2009 tentang Kesehatan
- WHO.(2009). *Guidelines on Hand Hygiene in Healthcare*. Geneva: WHO