

PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU BADUTA TENTANG ASI DALAM UPAYA PERBAIKAN GIZI 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CENDRAWASIH KOTA MAKASSAR

Increasing Knowledge Of Baduta Mothers About Breast Milk In Nutrition Improvement For The First 1000 Days Of Life In The Work Area Of Cendrawasih Puskesmas City, Makassar

¹Nurjaya, ²Subriah, ³Hidayati
^{1,2,3}Poltekkes Kemenkes Makassar

ABSTRACT

The success of efforts to improve community nutrition is very dependent on community participation to continuously improve the quality of family life which is reflected in the behavior of nutritionally conscious families (Kadarzi), prospective mothers should know that the best food for babies is breast milk (ASI), so that when the baby is born, the mother are ready to give breast milk as soon as possible within 30 minutes after the baby is born, exclusive breastfeeding until the baby is 6 months old should be continued by giving complementary foods for breast milk (MP-ASI) until the child is 24 months old. The purpose of this community service is to increase knowledge about the benefits and advantages of exclusive breastfeeding for Baduta mothers, mothers have knowledge and skills about breastfeeding with the right technique, are able to overcome simple breastfeeding problems, The achievement target is to increase knowledge and awareness of Baduta mothers about the benefits and advantages Exclusive breastfeeding, Mother has breastfeeding skills with the right technique, Mother is able to overcome simple breastfeeding problems, Dissemination of information about Exclusive Breastfeeding in the wider community, Increased participation of mothers and midwives in exclusive breastfeeding, and Improving the health of Baduta The stages of the method used are Analysis community situation, problem identification, determining work goals, problem solving plans, implementation in the form of counseling, role play, brain storming (brainstorming), This community service provides many benefits for health cadres, mothers of babies/toddlers and families, real form The only problem is an increase in knowledge and skills of mothers in terms of good and correct breastfeeding techniques. After an increase in knowledge, it is expected that there will be an awareness of the importance of exclusive breastfeeding,

Keywords: Breastfeeding, Baduta Mother, First 1,000 Days of Life

ABSTRAK

Keberhasilan upaya perbaikan gizi masyarakat sangat tergantung kepada partisipasi masyarakat untuk terus menerus meningkatkan kualitas hidup keluarga yang tercermin dari perilaku keluarga sadar gizi (Kadarzi), calon ibu hendaknya mengetahui bahwa makanan terbaik bagi bayi adalah Air Susu Ibu (ASI), sehingga ketika bayi lahir ibu sudah siap memberikan ASI sesegera mungkin dalam waktu 30 menit setelah bayi lahir, memberikan ASI secara eksklusif sampai bayi berusia 6 bulan harus dilanjutkan dengan memberikan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) sampai anak berusia 24 bulan.

Tujuan Pengabdian masyarakat ini yaitu Peningkatan pengetahuan mengenai manfaat dan keuntungan ASI Eksklusif pada Ibu Baduta, Ibu memiliki pengetahuan dan keterampilan tentang menyusui dengan teknik yang benar, mampu mengatasi masalah menyusui yang sederhana, Adapun target capaian yaitu Meningkatnya pengetahuan dan kesadaran ibu Baduta tentang manfaat dan keuntungan ASI eksklusif, Ibu memiliki keterampilan menyusui dengan teknik yang benar, Ibu mampu mengatasi masalah menyusui yang sederhana, Penyebaran informasi mengenai ASI Eksklusif di masyarakat luas, Meningkatnya peran serta Ibu dan bidan dalam pemberian ASI Eksklusif, dan Meningkatkan kesehatan Baduta Tahapan metode yang dilakukan adalah Analisa situasi masyarakat, identifikasi masalah, menentukan tujuan kerja, rencana pemecahan masalah, pelaksanaan dalam bentuk penyuluhan, role play, brain storming (curah pendapat), Pengabdian masyarakat ini banyak memberikan manfaat bagi kader kesehatan, ibu bayi/balita dan keluarga, bentuk nyatanya adalah adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam hal Teknik menyusui yang baik dan benar. Setelah terjadi peningkatan pengetahuan diharapkan tumbuhnya sikap kesadaran akan pentingnya ASI Eksklusif,

Kata Kunci : ASI, Ibu Baduta, 1.000 Hari Pertama Kehidupan

PENDAHULUAN

Analisis Situasi

Pembangunan kesehatan diarahkan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang sehat dan mandiri, serta mempertinggi derajat kesehatan dan gizi masyarakat dalam rangka peningkatan taraf hidup, kecerdasan dan kesejahteraan rakyat pada umumnya. Peningkatan ini diupayakan melalui perbaikan kesehatan masyarakat yang meliputi perbaikan gizi, penyuluhan kesehatan, penyehatan lingkungan dan pelayanan kesehatan ibu dan anak (Depkes, 2010).

Keberhasilan upaya perbaikan gizi masyarakat sangat tergantung kepada partisipasi masyarakat untuk terus menerus meningkatkan kualitas hidup keluarga yang tercermin dari perilaku keluarga sadar gizi (Kadarzi), calon ibu hendaknya mengetahui bahwa makanan terbaik bagi bayi adalah Air Susu Ibu (ASI), sehingga ketika bayi lahir ibu sudah siap memberikan ASI sesegera mungkin dalam waktu 30 menit setelah bayi lahir, memberikan ASI secara eksklusif sampai bayi berusia 6 bulan harus dilanjutkan dengan memberikan Makanan Pendamping Air Susu

Ibu (MP-ASI) sampai anak berusia 24 bulan (Depkes RI, 2006).

Seorang ibu hamil harus berjuang menjaga asupan nutrisinya agar pembentukan, pertumbuhan dan perkembangan janinnya optimal. Idealnya, berat badan bayi saat dilahirkan adalah tidak kurang dari 2500 gram, dan panjang badan bayi tidak kurang dari 48 cm. Inilah alasan mengapa setiap bayi yang baru saja lahir akan diukur berat dan panjang tubuhnya, dan dipantau terus menerus terutama di periode emas pertumbuhannya, yaitu 0 sampai 2 tahun. Dalam kurun waktu 2 tahun ini, orang tua harus berupaya keras agar bayinya tidak memiliki panjang tinggi badan atau panjang badan yang stunting (pendek). Yang kita khawatirkan adalah di dalam kandungan ada gangguan pertumbuhan, sehingga mempengaruhi perkembangan kognitif (intelegensia), (Kemenkes RI, 2019).

Permasalahan Mitra

Pemberian ASI sudah dikenal sejak dulu. Manfaatnya pun sudah dipahami. Namun ternyata perkembangan zaman berdampak pada sikap terhadap pemberian ASI. Ada kondisi dan situasi yang menyebabkan ibu tidak dapat menyusui dengan baik dan benar, termasuk memberikan ASI eksklusif atau ASI saja selama 6 bulan pertama sejak kelahiran bayi, dilanjutkan dengan ASI ditambah dengan makanan pendamping sampai bayi berusia 2 tahun. Penelitian menunjukkan bahwa ibu terlalu cepat memberikan makanan pendamping ASI atau beralih ke susu formula. Penelitian juga menunjukkan bahwa ibu mudah putus asa, tidak memberikan ASI lagi kalau ibu maupun bayi mengalami kesulitan dalam pemberian ASI. (Perinasia, 2013).

Sebenarnya menyusui khususnya secara eksklusif merupakan cara pemberian makan bayi yang alamiah, namun seringkali ibu-ibu kurang mendapatkan informasi bahkan mendapat informasi yang salah tentang manfaat ASI eksklusif, tentang bagaimana cara menyusui yang benar dan apa yang harus dilakukan bila timbul kesukaran dalam menyusui bayinya. Menyusui adalah suatu seni yang harus dipelajari kembali, untuk keberhasilan menyusui tidak diperlukan alat-alat khusus dan biaya yang mahal. Yang diperlukan hanyalah kesabaran, waktu dan sedikit pengetahuan tentang menyusui dan

dukungan dari lingkungan terutama suami (Utami Rusli, 2000)

Penyuluhan, bimbingan, konseling pemberian ASI perlu diprogramkan oleh rumah bersalin/rumah sakit sebagai bagian dari pelayanan kesehatan untuk ibu dalam perawatan kehamilan dan persalinan. Penyediaan pojok konsultasi berupa klinik laktasi, membuka pelayanan informasi melalui telepon, mendirikan Kelompok Pendukung ASI (KP-ASI) dan Kader Kelompok Pendukung ASI (KKP-ASI) adalah kegiatan yang dapat mendukung keberhasilan ibu menyusui. (Perinasia, 2013).

METODE PELAKSANAAN

Metode yang akan dilakukan atau tahapan-tahapan yang perlu dalam menjalankan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah :

Analisa situasi masyarakat

Ini merupakan awal yang amat penting sebab kegiatan pengabdian masyarakat ini harus dimulai dari niat untuk membantu masyarakat, tahap ini dilakukan dengan Menentukan khalayak sasaran yaitu : ibu baduta di Wilayah kerja Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar dan Menentukan bidang permasalahan yang akan dianalisis yaitu pada masalah pengetahuan Ibu Baduta tentang ASI Eksklusif dalam upaya perbaikan gizi 1000 hari pertama kehidupan yang ditunjang dengan keterampilan ibu dalam menyusui yang masih kurang.

Identifikasi masalah

Keberhasilan upaya perbaikan gizi masyarakat sangat tergantung kepada partisipasi masyarakat untuk terus menerus meningkatkan kualitas hidup keluarga yang tercermin dari perilaku keluarga sadar gizi (Kadarzi), calon ibu hendaknya mengetahui bahwa makanan terbaik bagi bayi adalah Air Susu Ibu (ASI). ASI sesegera mungkin dalam waktu 30 menit setelah bayi lahir, memberikan ASI secara eksklusif sampai bayi berusia 6 bulan harus dilanjutkan dengan memberikan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) sampai anak berusia 24 bulan (Depkes RI, 2006).

Penelitian menunjukkan bahwa ibu terlalu cepat memberikan makanan pendamping ASI atau beralih ke susu formula. Penelitian juga menunjukkan bahwa ibu mudah

putus asa, tidak memberikan ASI lagi kalau ibu maupun bayi mengalami kesulitan dalam pemberian ASI. (Perinasia, 2013).

Sebenarnya menyusui khususnya secara eksklusif merupakan cara pemberian makan bayi yang alamiah, namun seringkali ibu-ibu kurang mendapatkan informasi bahkan mendapat informasi yang salah tentang manfaat ASI eksklusif, tentang bagaimana cara menyusui yang benar dan apa yang harus dilakukan bila timbul kesukaran dalam menyusui bayinya. (Utami Rusli, 2000) Adapun identifikasi masalah berdasarkan data diatas : Kurangnya pengetahuan Ibu Baduta mengenai manfaat dan keuntungan ASI Eksklusif, Kurangnya pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menyusui yaitu Teknik menyusui, Terlalu cepat memberikan makanan pendamping ASI atau susu formula DAN Ibu mudah putus asa, tidak memberikan ASI lagi kalau ibu maupun bayi mengalami kesulitan dalam pemberian ASI

Menentukan tujuan kerja

Adapun tujuan kerja pengabdian masyarakat ini adalah Peningkatan pengetahuan mengenai manfaat dan keuntungan ASI Eksklusif pada Ibu Baduta, Ibu memiliki pengetahuan dan keterampilan tentang menyusui dengan teknik yang benar, Ibu mampu mengatasi masalah menyusui yang sederhana, Penyelesaian masalah menyusui yang tidak dapat diatasi melalui sistem rujukan dan Pemenuhan gizi Baduta dari ASI terpenuhi

HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI

Lokasi Pengabdian kepada masyarakat

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di beberapa Posyandu wilayah kerja Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar

Hasil dan Luaran yang dicapai

Dosen pelaksana pengabdian masyarakat Ini adalah dosen sebanyak 3 orang yang dalam pelaksanaannya berkoordinasi dan bekerjasama dengan Bidan dan kader posyandu. Pengabdian masyarakat ini didahului dengan koordinasi dengan Dinas Kesehatan Kota Makassar, Kepala Puskesmas Cendrawasih, Bidan Pelaksana serta kader.



Gambar 1. Penyuluhan ASI oleh Ibu Hj. Nurjaya, SKM., M.Kes.



Gambar 2. Sesi brain storming dari ibu yang pernah mengalami masalah pada saat menyusui, dilanjutkan dengan simulasi Massage payudara yang dipraktikkan oleh ibu Subriah, S.ST., M.Kes. dan ibu Hj. Hidayati, S.ST., M.Keb. dan seorang ibu sebagai partisipan

Adapun materi penyuluhan yang dibuat dalam bentuk leaflet dan presentasi berisi Pengertian ASI Eksklusif, Proses produksi dan pengeluaran ASI, Manfaat ASI, Pesan 1000 Hari Pertama Kehidupan, Permasalahan Gizi anak Indonesia 1000 Hari pertama Kehidupan dan Teknik menyusui yang baik dan benar.

Penyuluhan yang pertama dilaksanakan di Posyandu Kenanga 5 Kelurahan Sambung Jawa di Jalan Tanjung Raya 2 pada hari jumat tanggal 27 April 2019 yang dihadiri oleh 20 ibu baduta serta pelaksanaan supervisi oleh Kepala Pusat penelitian dan pengabdian masyarakat bapak Dr. Rudy Hartono, SKM., M.Kes. dan bapak Budirman, S.ST.



Gambar 3. Seusai penyuluhan

Pelaksanaan yang kedua pada hari Jumat tanggal 28 Juni 2019 yang dihadiri oleh Bidan Puskesmas Cendrawasih, kader Posyandu dan ibu Baduta sebanyak 13 orang yang dilaksanakan di Posyandu Kenanga 1b Kelurahan Sambung Jawa di Jalan Cendrawasih Kota Makassar. Pelaksanaan yang ketiga dilaksanakan pada hari Selasa, 28 Juni 2019 di Posyandu Kenanga 7 Sambung Jawa, jumlah seluruh khalayak sasaran adalah 48 Ibu yang dilaksanakan di 3 Posyandu di wilayah kerja Puskesmas Cendrawasih Makassar.

Tabel 1. Hasil Pre test Kuesioner Ibu Baduta tentang Teknik Menyusui di Wilayah kerja Puskesmas Cendrawasih Makassar

| No | Pengetahuan | Jumlah (n) | % |
|----|-------------|------------|-------|
| 1 | Baik | 15 | 31,25 |
| 2 | Kurang | 33 | 68,75 |
| | Jumlah | 48 | 100 |

Tabel 2. Hasil Post test Kuesioner Ibu Baduta tentang Teknik Menyusui di Wilayah kerja Puskesmas Cendrawasih Makassar

| No | Pengetahuan | Jumlah (n) | % |
|----|-------------|------------|-------|
| 1 | Baik | 45 | 93,75 |
| 2 | Kurang | 3 | 6,25 |
| | Jumlah | 48 | 100 |

Dari tabel tersebut terlihat pengetahuan ibu Sebagian besar masih kurang tentang Teknik menyusui yaitu terdapat 33 ibu Baduta (68,75%). Dan setelah diberikan penyuluhan untuk mengatasi permasalahan tersebut dengan mempraktikkan materi yang telah diberikan antara lain Teknik menyusui yang baik dan benar terdapat peningkatan yaitu

dimana ibu yang memiliki pengetahuan baik meningkat menjadi 45 ibu Baduta (93,75%). Terjadi peningkatan pengetahuan sebesar Namun demikian Ibu dengan pengetahuan yang kurang tersebut akan diajarkan ulang Kembali dimana kegiatan ini akan dilanjutkan oleh bidan Puskesmas Cendrawasih Makassar.



Gambar 4. Pelayanan Posyandu sebelum penyuluhan



Gambar 5. Bersama bidan, kader sebagai mitra kegiatan pengabmas

Peserta penyuluhan sangat antusias mengikuti penyuluhan, sesi brain storming (curah pendapat), tanya jawab yang ditandai dengan ibu-ibu banyak yang bertanya dan mencurahkan permasalahannya yang berhubungan dengan ASI dan Teknik menyusui dengan materi yang diberikan, adanya leaflet sangat membantu untuk dapat dibaca kembali di rumah.



Gambar 6. Kegiatan Posyandu

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Target tercapai yaitu Meningkatnya pengetahuan dan kesadaran ibu Baduta tentang manfaat dan keuntungan ASI eksklusif, Ibu memiliki keterampilan menyusui dengan teknik yang benar, Ibu mampu mengatasi masalah menyusui yang sederhana, Penyebaran informasi mengenai ASI Eksklusif di masyarakat luas, Meningkatnya peran serta Ibu dan bidan dalam pemberian Asi Eksklusif, dan Meningkatkan kesehatan Baduta

Saran

1. Ibu menyusui meningkatkan keaktifan kegiatan dan penambahan materi yang up date sehingga meningkatkan wawasan masyarakat.
2. Peningkatan kreakifitas dan inovasi ibu sehingga bisa membantu keberhasilan ASI Eksklusif
3. Peningkatan peran serta masyarakat untuk mengikuti pertemuan ibu menyusui sehingga bisa membantu keberhasilan ASI Eksklusif
4. Supervisi dan monitoring Puskesmas selaku penanggung jawab kegiatan dan pemberdayaan masyarakat bidan kesehatan yang berbasis peer support
5. Meningkatkan peran serta institusi kesehatan khususnya Jurusan kebidanan Poltekkes kemenkes RI Makassar untuk membantu wilayah /daerah binaan sehingga derajat kesehatan masyarakat bisa terwujud.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan ini tidak terlepas dari bantuan dan kerjasama dari banyak pihak, oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada DIPA Poltekkes,

Poltekkes Kemenkes Makassar, Unit PPM Poltekkes, Jurusan Kebidanan yang telah memberikan arahan dan pembinaan selama pelaksanaan dan ucapan yang sama kepada Mitra baik di Pukesmas dan masyarakat Kelurahan . Sambung Jawa, Kecamatan Mamajang, Kota Makassar yang telah mendukung kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

Departemen Kesehatan RI, 2007, *Pelatihan Konseling Menyusui Sejak Lahir Sampai Enam Bulan Hanya ASI Saja*, Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat

Depkes RI. (2010). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2010*. Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan RI.

Depkes RI. 2006. *Pedoman Umum Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Lokal Tahun 2006*. Jakarta : Departemen Kesehatan RI, Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat.

Febriyenti Ramadanis, 2019, <https://plus.google.com/104547160172103301716/posts/BtpfL7a39Cy>, diakses tanggal 21 Januari 2019

Gatot Murdjito, 2012, *Metode Pengabdian Kepada Masyarakat*, <https://www.slideshare.net/FitriRiyanto/metoda-pengabdian-pada-masyarakat-pak-gatot1>, diakses tanggal 28 Maret 2019

Kementerian Kesehatan RI, 2010, *Buku Saku Pelayanan Kesehatan Neonatal Esensial*, Jakarta

Manuaba IGB, *Pengantar Kuliah Obstetri*, 2007, EGC, Jakarta