
Penyuluhan ASI Eksklusif dan Praktik Perawatan Payudara pada KP ASI (Kelompok Pendukung ASI) di Desa Pacul Kecamatan Talang Kabupaten Tegal

Ike Putri Setyatama¹, Ika Esti Anggraeni², Adrestia Rifki Naharani³, Siti Erniyati Berkah Pamuji⁴

Program Studi DIII Kebidanan, STIKES BHAMADA SLAWI

¹ike.putri.nugraha@gmail.com, ²ika.esti@gmail.com, ³afzaa.luve@gmail.com³, ⁴serniyati06@gmail.com⁴

Abstract

Breast milk is the best food for babies. Nationally, providing exclusive breastfeeding in 2015 faced a decrease to 52.3%. In central java 2017, there was 54.4% giving exclusive breastfeeding for 0-6 months babies. It is in a low target of 80% and a threat to child development reacted to the growth and development of human resource quality. Exclusive breastfeeding support group (KP-ASI) in a community is an effort in getting the success of exclusive breastfeeding. From 29 health centres in Tegal regency, Puskesmas Kaladawa of Talang subdistrict is in the last rank of the coverage of exclusive breastfeeding numbered 23.2%; it is the lowest coverage of all health centres in Tegal regency. The existence of KP-ASI has not achieved the coverage of exclusive breastfeeding yet; the activity that has been scheduled once a month can already be conducted once in two months and there was only 1 KP-ASI in Puskesmas Kaladawa. The objective of the community service was to optimize KP-ASI at Pacul village in the working area of Puskesmas Kaladawa. The activities were delivering materials for nursing mothers and KP-ASI, KP-ASI assistance, monitoring and evaluation.

Based on the interview result, it described that most participants have known about exclusive breastfeeding and breast care. The community service provided community satisfaction having the improvement of the knowledge and skill; by getting actively involved, it can increase the health and prosperity for mother and baby.

Keywords: *Exclusive Breastfeeding, Breast Care, KP-ASI*

Abstrak

ASI merupakan makanan terbaik untuk bayi, cakupan pemberian ASI eksklusif secara nasional pada tahun 2015 mengalami penurunan menjadi 52,3%. Presentase pemberian ASI Eksklusif pada bayi 0-6 bulan di Jawa Tengah tahun 2017 sebesar 54,4%, hal tersebut masih di bawah target cakupan ASI eksklusif di Indonesia yaitu sebesar 80%. Rendahnya cakupan pemberian ASI merupakan ancaman bagi tumbuh kembang anak yang berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM). Kelompok Pendukung ASI Eksklusif (KP-ASI Eksklusif) di masyarakat merupakan bentuk upaya untuk keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Dari 29 Puskesmas yang ada di Kabupaten Tegal, Puskesmas Kaladawa Kecamatan Talang menduduki peringkat akhir pada cakupan ASI eksklusif, yaitu sebesar 23,2% dimana merupakan cakupan terendah dari seluruh Puskesmas di Kabupaten Tegal. Keberadaan KP-ASI belum berhasil mencapai peningkatan cakupan ASI eksklusif, antara lain kegiatan yang dijadwalkan satu bulan sekali, baru dapat dilaksanakan dua bulan sekali, dan baru terdapat satu kelompok pendukung ASI di Puskesmas Kaladawa. Tujuan pengabdian bagi masyarakat ini untuk optimalisasi kelompok pendukung ASI di Desa Pacul wilayah kerja Puskesmas Kaladawa Kabupaten Tegal. Kegiatan yang dilakukan antara lain pemberian materi pada ibu menyusui dan KP-ASI Eksklusif, pendampingan KP-ASI Eksklusif, evaluasi dan monitoring.

Dari hasil Tanya jawab setelah penyampaian materi penyuluhan didapatkan hasil bahwa sebagai besar peserta sudah memahami tentang ASI Eksklusif dan praktik perawatan payudara. Pengabdian

masyarakat ini memberikan kepuasan tersendiri terhadap masyarakat, berdampak peningkatan pengetahuan dan kemampuan masyarakat, dengan ikut terlibat aktif dalam upaya peningkatan cakupan ASI Eksklusif untuk peningkatan kesehatan dan kesejahteraan ibu dan bayi

Kata Kunci: ASI Eksklusif, Perawatan Payudara, KP-ASI

I. PENDAHULUAN

Angka kematian bayi (AKB) merupakan salah satu indikator derajat kesehatan di Indonesia karena merupakan cerminan dari status kesehatan anak saat ini. Tingginya AKB di Indonesia disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya adalah faktor penyakit infeksi dan kekurangan gizi. Beberapa penyakit infeksi yang saat ini masih menjadi penyebab kematian terbesar dari bayi, diantaranya penyakit diare, tetanus, gangguan perinatal, dan radang saluran nafas bagian bawah (Octa, 2014).

ASI merupakan makanan terbaik untuk bayi yang mengandung sel darah putih, protein dan zat kekebalan tubuh. ASI membantu pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal serta melindungi terhadap penyakit. Cara pemberian makanan pada bayi yang benar adalah menyusui bayi secara eksklusif sejak lahir sampai 6 bulan (Dinkes Jateng, 2018). ASI eksklusif merupakan salah satu upaya pemerintah dalam menurunkan AKB di Indonesia berdasarkan peraturan pemerintah nomor 33 tahun 2012 tentang pemberian ASI eksklusif pada bayi yaitu ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama 6 bulan tanpa menambahkan atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral) (Profil Kesehatan Indonesia, 2018).

Hasil penelitian tentang manfaat ASI eksklusif diantaranya menunjukkan bahwa bayi yang diberi kesempatan menyusu dini berpeluang 8 kali lebih berhasil dalam menyusu eksklusif (Roesli, 2008). Hasil studi yang dilakukan di Ghana menunjukkan bahwa menyusui bayi pada jam pertama kelahiran dapat mencegah 22% kematian neonatal dan dapat mencegah 13% kematian balita. Pemberian ASI eksklusif mampu mengurangi risiko Sindrom Kematian Bayi Mendadak (Sudden Infant Death Syndrome/SIDS) hingga 73%. Sebuah studi di Amerika Serikat terhadap 1743 pasangan ibu dan anak menunjukkan bayi yang sama sekali tidak mendapatkan ASI lebih sering mengalami diare dibandingkan kelompok yang mendapatkan ASI eksklusif (Edmond, 2006).

Cakupan ASI Eksklusif Kabupaten Tegal tahun 2018 sebesar 51,45% angka ini menurun jika dibandingkan dengan capaian tahun 2017 yaitu sebesar 54,9%. Dari data menunjukkan

Cakupan ASI Eksklusif tertinggi ada di Puskesmas Kambangan sebesar 95,00% sedangkan Cakupan ASI Eksklusif terendah di Puskesmas Kaladawa sebesar 0,06% (Dinas Kesehatan Kabupaten Tegal, 2018).

Keberhasilan program ASI eksklusif diantaranya dipengaruhi oleh faktor pengetahuan dan adanya dukungan intensif dari lingkungan meliputi pelayanan kesehatan, lingkungan sosial serta kebijakan publik. Adanya kelompok konseling laktasi di pelayanan kesehatan dan Kelompok Pendukung Ibu (KP-Ibu) di masyarakat sebagai bentuk dukungan untuk keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Mercy Corps, 2008). KP-ASI eksklusif adalah suatu kelompok yang beranggotakan ibu hamil dan ibu yang memiliki bayi dibawah usia dua tahun dengan dipandu oleh motivator agar ibu merasa didukung, dicintai dan diperhatikan sehingga muncul emosi positif yang akan meningkatkan produksi hormon oksitosin untuk melancarkan produksi ASI (Yunianti, 2017). Faktor yang dapat menghambat pemberian ASI secara eksklusif diantaranya adalah kurangnya dorongan dari keluarga seperti suami atau orang tua yang dapat menurunkan semangat ibu untuk menyusui dan mengurangi motivasi ibu untuk menyusui. Pembentukan Kelompok Pendukung ASI (KP-ASI) eksklusif penting dibentuk karena ibu merasa didukung, dicintai dan diperhatikan, maka akan muncul emosi positif yang akan meningkatkan produksi hormon oksitosin sehingga produksi ASI pun lancar (Guyton, 2008). Manfaat KP-ASI eksklusif yaitu ibu hamil mempunyai kepercayaan diri untuk dapat menyusui bayi, ibu-ibu menyusui bisa memperoleh dukungan dan bisa belajar dari pengalaman ibu-ibu menyusui, Bayi akan mendapatkan makanan/ nutrisi yang terbaik sejak awal.

Hasil studi pendahuluan dengan observasi awal dan wawancara kepada Bidan Desa maupun tim Dinas Kesehatan Kabupaten Tegal, menemukan hasil mentoring dalam pelaksanaan pertemuan KP-ASI di Puskesmas Kaladawa belum berjalan secara rutin, kunjungan rumah ibu bersalin belum dilaksanakan dan pendokumentasian belum dilakukan dengan baik. Selama ini kegiatan evaluasi pelaksanaan KP-ASI oleh pihak Dinas maupun Puskesmas masih terbatas. Kegiatan yang dijadwalkan satu bulan sekali, baru dapat dilaksanakan dua bulan sekali, dan baru terdapat satu kelompok pendukung ASI di Puskesmas Kaladawa.

Atas dasar permasalahan tersebut, tim penulis ingin melakukan kegiatan pengabdian bagi masyarakat, sebagai bentuk kepedulian perguruan tinggi terhadap kesenjangan yang ada di masyarakat, dan bentuk pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi, dengan melaksanakan kegiatan penyuluhan ASI Eksklusif dan Praktik perawatan payudara pada KP ASI di Desa Pacul,

wilayah kerja Puskesmas Kaladawa Kabupaten Tegal. Sehingga melalui kegiatan ini akan dihasilkan masyarakat yang sadar akan pentingnya ASI Eksklusif, ibu menyusui dapat melakukan perawatan payudara dengan benar, agar mendukung upaya ASI Eksklusif, terbentuknya kegiatan KP ASI secara rutin sesuai dengan jadwal yang ditetapkan, yaitu setiap satu bulan sekali, dan tercapainya target pemerintah dalam rangka peningkatan capaian ASI Eksklusif.

II. TARGET DAN LUARAN

Target pengusul dalam penerapan ipteks bagi masyarakat ini adalah ibu menyusui yang memiliki bayi usia 0-6 bulan dan kelompok pendukung ASI yang ada di desa Pacul wilayah kerja Puskesmas Kaladawa Kecamatan Talang. Luaran dari pengabdian masyarakat ini adalah ibu menyusui dan kelompok pendukung ASI yang mengerti tentang ASI Eksklusif dan teknik perawatan payudara yang benar, dengan cara pemberian materi terlebih dahulu kemudian dilakukan praktik perawatan payudara dengan dibimbing oleh tim pengusul. Diharapkan penerapan praktik perawatan payudara pada ibu menyusui dapat meningkatkan produksi ASI, sehingga ibu dapat menyusui secara eksklusif, tanpa tambahan susu formula, sehingga ketercapaian ASI eksklusif di wilayah Puskesmas Kaladawa dapat meningkat, dengan demikian berdampak pada peningkatan kesehatan bayi maupun ibu. Secara khusus, target luaran dalam pengabdian masyarakat ini meliputi :

1. Ibu menyusui mengerti tentang ASI eksklusif dengan baik, sehingga ibu dapat lulus melaksanakan ASI eksklusif.
 2. Kelompok pendukung ASI mengerti tentang ASI eksklusif dengan benar sehingga dapat memberikan dukungan, berupa support sistem bagi ibu menyusui dan keluarganya.
 3. Ibu menyusui dapat mempraktikkan dan melakukan secara mandiri praktik perawatan payudara dengan benar, sehingga ibu dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari dengan harapan payudara akan memproduksi ASI dengan optimal.
 4. Kelompok pendukung ASI dapat mengerti dan membantu ibu yang mengalami kesulitan dalam melakukan praktik perawatan payudara yang benar pada ibu menyusui.
 5. Dapat terlaksana dengan baik dan berkesinambungan kelompok pendukung ASI
- Publikasi ilmiah terkait keberhasilan KP ASI dalam mendukung ASI Eksklusif

III. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat telah dilakukan pada bulan November 2019 dengan diikuti sejumlah 20 ibu menyusui dan tim kelompok pendukung ASI di Desa Pacul Kecamatan Kaladawa Kabupaten Tegal. Pengabdian ini dilakukan dengan metode promotif dan preventif, yaitu berupa penyuluhan terkait ASI Eksklusif. Kegiatan ini dilakukan melalui upaya pemberdayaan masyarakat, dengan melibatkan pendampingan tim kelompok pendukung ASI. Tim dalam pengabdian masyarakat ini adalah dosen program studi DIII Kebidanan STIKes Bhakti Mandala Husada Slawi, dan beberapa mahasiswa Prodi DIII Kebidanan, dengan dibantu oleh bidan desa setempat dengan mitra kelompok pendukung ASI desa Pacul Kecamatan Talang, Kab. Tegal. Penyuluhan yang dilakukan terkait pendidikan kesehatan tentang cara perawatan payudara (*breastcare*), penyuluhan kesehatan tentang gizi ibu menyusui dan pendidikan kesehatan tentang ASI Eksklusif. kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya kepuasan dari masyarakat, yaitu ibu menyusui dan kelompok pendukung ASI di desa Pacul kecamatan Talang Kab.Tegal terkait penyuluhan yang dilakukan oleh TIM. Sebagian besar pengetahuan mereka terbatas seputar pengetahuan ASI Eksklusif. Saat TIM melakukan demonstrasi terkait perawatan payudara, mereka sangat antusias dan seksama memperhatikan. Banyak pertanyaan yang mengarah terkait bagaimana perawatan payudara dan cara mengatasi putting yang lecet. Karena selama ini yang menjadi kendala adalah saat mereka mengalami putting lecet dan harus menyusui. Ibu menyusui sangat antusias terhadap penjelasan yang diberikan, kemuadia mereka juga menceritakan pengalaman terkait permasalahan yang dialami selama menyusui, sehingga kegiatan perkumpulan KP ASI menjadi hidup.



Gambar 1. Tim Pelaksana Pengabdian Masyarakat bersama KP ASI

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada bulan November 2019 melalui beberapa proses tahapan. Diawali dari pendekatan terhadap tokoh masyarakat, untuk mengetahui permasalahan kesehatan yang ada di wilayah desa Pacul, kemudian bekerjasama dengan bidan desa setempat, dibawah ijin dari Puskesmas dan Kepala Desa. Tahap selanjutnya melakukan koordinasi dengan kelompok pendukung ASI di desa Pacul kecamatan Talang, dan melakukan pertemuan dengan ibu menyusui serta tim kelompok pendukung ASI untuk dilakukan penyulihan ASI eksklusif dan praktik perawatan payudara yang benar pada ibu menyusui.



Gambar 2. Penyuluhan ASI Eksklusif

Dari hasil evaluasi terlihat bahwa ibu menyusui dan kelompok pendukung ASI antusias dalam mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini dari awal hingga akhir. Dari hasil tanya jawab yang dilakukan oleh moderator setelah penyampaian materi penyuluhan, didapatkan hasil bahwa peserta penyuluhan, yaitu ibu menyusui dan kelompok pendukung ASI telah mengerti dan memahami tentang ASI eksklusif, hal ini dapat diketahui dari beberapa jawaban peserta saat dilakukan evaluasi oleh moderator. Dalam kegiatan ini juga dilakukan evaluasi tentang praktik perawatan payudara yang benar oleh salah satu peserta, dan didapatkan hasil bahwa peserta dapat mempraktikkan perawatan payudara pada ibu menyusui dengan baik dan benar. Pada saat evaluasi beberapa peserta bertanya tentang hal-hal yang lebih mendalam tentang perawatan payudara, misalnya perawatan pada payudara ibu menyusui yang lecet, dan adapula beberapa pertanyaan lainnya terkait ASI eksklusif.

Penyuluhan bertujuan untuk mencapai perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara perilaku sehat dan lingkungan sehat, serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal (Maharani, 2013).

ASI eksklusif adalah pemberian ASI tanpa makanan tambahan lain pada bayi berumur 0-6 bulan. Bayi tidak di berikan apa-apa, kecuali makanan yang langsung diproduksi oleh ibu karena bayi memperoleh nutrisi terbaiknya melalui ASI (Yuliarti,2010). Faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI antara lain pengetahuan, pendidikan, pekerjaan, dukungan keluarga dan dukungan tenaga kesehatan (Septikasari, 2018). KP-ASI merupakan salah satu bentuk dukungan yang diberikan oleh tenaga kesehatan dalam memfasilitasi ibu menyusui. Dengan terbentuknya KP ASI, masalah-masalah yang dialami saat ibu menyusui dapat dipecahkan bersama-sama sesuai dengan teori, pengalaman dan hasil penelitian. Saat pertemuan KP ASI ibu-ibu menyusui akan saling bertemu dan berkumpul, sehingga mereka dapat bertukar pengalaman dan informasi, hal tersebut dapat menjadikan suatu dukungan tersendiri dalam pencapaian keberhasilan ASI Eksklusif.

Saat menyusui ibu juga perlu dukungan keluarga dalam menunjang kepercayaan diri ibu dalam keberhasilan ASI Eksklusif. Menurut Notoatmodjo (2010) kepercayaan adalah komponen kognitif dari faktor sosio psikologis. Kepercayaan di bentuk oleh pengetahuan, kebutuhan dan kepentingan. Hal ini dimaksudkan dengan terbentuknya KP ASI menambah kepercayaan diri ibu

dalam menyusui, karena saat perkumpulan KP ASI, ibu menyusui diberikan materi terkait pengetahuan ASI Eksklusif dan solusi dari permasalahan yang dihadapi. Selain itu, dengan perkumpulan KP ASI ibu bertemu banyak orang yang memiliki kondisi yang sama yaitu menyusui bayinya, sehingga ibu tidak merasa sendiri dalam menyusui bayinya. Hal tersebut membantu keberhasilan pencapaian ASI Eksklusif.



Gambar 3. Praktik Perawatan Payudara

V. KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat ini dihadiri oleh bidan desa Pacul wilayah kerja Puskesmas Kaladawa, kader kesehatan, tim kelompok pendukung ASI, dan ibu menyusui yang ikut terlibat aktif dan memberikan kepuasan tersendiri terhadap masyarakat, dan meningkatkan pengetahuan serta kemampuan masyarakat dalam pemenuhan pola hidup sehat, dalam hal ini adalah suksesnya pencapaian ASI eksklusif. Pengabdian masyarakat ini menjadikan terpenuhinya pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Masyarakat berharap kegiatan pengabdian masyarakat seperti ini dapat terus kontinyu dan betkelanjutan dengan berbagai macam materi sesuai dengan kebutuhan masyarakat saat itu, dan dilakukan oleh pakar yang ahli dibidangnya.

Selain itu, pengabdian ini sangat berguna untuk meningkatkan pengetahuan dan wawasan serta menambah pengalaman juga meningkatkan kesadaran untuk mengembangkan diri secara lebih optimal dalam memecahkan masalah kesehatan khususnya didalam pemberian ASI eksklusif, dan memberikan semangat bagi ibu menyusui untuk tetap memperjuangkan ASI

Eksklusif hingga bayi minimal berusia 6 bulan, sehingga pencapaian program ASI Eksklusif dapat dilakukan secara maksimal

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima Kasih kepada STIKes Bhakti Mandala Husada Slawi serta Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat STIKes Bhakti Mandala Husada Slawi yang membantu terlaksananya kegiatan pengabdian pada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini Y. (2010). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta : Pustaka Rihama
- Bustami, dkk. (2018). *Perlindungan hak anak terhadap pemberian air susu ibu*. Yogyakarta : Deepublish
- Depkes RI. (2009). *Pedoman pemantauan wilayah setempat kesehatan ibu dan anak (PWS-KIA)*. Jakarta, 2009.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Tegal. (2018). *Profil Kesehatan Kabupaten Tegal tahun 2018*. Tegal : Dinas Kesehatan Kabupaten Tegal
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2018). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2018*. Semarang : Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah
- Helmi M. (2010). *Analisis hubungan pengetahuan sikap dan faktor lainnya terhadap pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 6-12 bulan di wilayah kerja puskesmas Koto Kinali Pasaman Barat tahun 2010*. Skripsi FKM UI
- Hoelman, mickael B. dkk. (2016). *Sustainable development goals-SDGs panduan untuk pemerintah daerah (kota dan kabupaten) dan pemangku kepentingan daerah*. International NGO forum on Indonesian development
- Indra I. (2018). *Gambaran pengetahuan suami dari ibu menyusui tentang ASI eksklusif di wilayah kerja puskesmas Dermayu*. Jurnal of midwifery 6(1)
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2018*. Jakarta : Kementrian Kesehatan RI
- Lapau, Prof.Dr.Buchari,dr.MPH. (2015). *Metodolodi Penelitian Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Lestari, D. (2004). *Faktor ibu bayi yang berhubungan dengan pemberian ASI eksklusif dan Indonesia tahun 2007*. Skripsi FKM-UI
- Maharani, Chaeruddin, Darmawan S. 2013. *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Masyarakat tentang Penyakit Hipertensi di Desa Patobong Kecamatan Mattiro Sompe Kabupaten Pinrang*. E-library Stikes Hasanudin, (3)1:146-150
- Neng A. (2016). *Peran dukungan orang tua faktor yang paling berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Sukahening Kabupaten Tasikmalaya*. UJPH 5(4). ISSN 2548-7604
- Notoatmodjo S. (2010). *Ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam, S. Pariani. 2003. *Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta.Sagung Seto.

- Octa, dkk. (2014). *Buku ajar asuhan kebidanan neonatus bayi balita dan anak prasekolah*. Yogyakarta : Deepublish
- Septikasari M. (2018). *Status gizi anak dan faktor yang mempengaruhi*. Yogyakarta : UNY Press
- Sujiyatini, dkk. (2010). *Asuhan Ibu Nifas*. Yogyakarta : Cyrillus Publisher
- Sujarweni. V.W.2014. *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta:Gava Media.
- Syafneli, Eka Y (2014). *Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan pemberian ASI Eksklusif di Desa Pasir Jaya*. Jurnal maternity and neonatal, 2(1)
- Wawan A, dan Dewi (2010). *Teori dan pengukuran pengetahuan sikap dan perilaku manusia*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Yuliarti N. (2010). *Keajaiban ASI – makanan terbaik untuk kesehatan kecerdasan dan kelincahan si kecil*. Yogyakarta : C.V Andi