

Optimalisasi Peningkatan Cakupan ASI Eksklusif pada Ibu Hamil di Desa Pemurus Dalam

Ashfa Afkarina^{1*}, Mutia Aura Nazwa Assyfa², Ramadhana Alya Nuur Afifah³, Elsi Astuti⁴, Delima Indah Permata Sari⁵, Darmayanti Wulandatika⁶

¹⁻⁶ Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

Email: ashfaafkarina01@gmail.com

Abstrak: Pemberian ASI pada dasarnya bermanfaat bagi Ibu. Ibu yang memberikan ASI akan mendapatkan keuntungan yang tidak didapatkan pada saat tidak memberikan ASI Namun tentunya juga terdapat tantangan yang dihadapi dimasyarakat mengenai pemberian ASI Ekslusif adalah banyaknya ibu yang tidak paham mengenai cara memberikan ASI dengan benar dan bagaimana teknik menyusui secara tepat saat kehamilan sehingga proses menyusui saat setelah melahirkan menjadi berjalan lancar sehingga ASI Ekslusif dapat tercapai. Kabupaten Banjar menduduki urutan kedua persentase pemberian ASI eksklusif terendah pada tahun 2022, yaitu sekitar 45,4%, yang dimana angka ini masih dibawah rata-rata persentase secara keseluruhan yaitu sekitar 60% dan mengalami penurunan jika dibandingkan dengan persentase ASI eksklusif pada tahun 2021. Didapatkan kesimpulan yaitu berdasarkan dari diagram pertama, dari total 16 ibu hamil didapatkan hasil rata-rata seluruh ibu hamil mengalami kenaikan kearah positif tentang kemampuan keterampilan melakukan teknik menyusui yang benar sejak dari pertemuan pertama hingga pertemuan terakhir yaitu sebesar 38%. Pemberian ASI juga bukan sekedar memberi makanan kepada bayi, akan tetapi di saat yang sama ibu juga memberikan kasih sayang, rasa nyaman dan aman, serta celoteh dan senandung yang dapat merangsang memori dan keterampilan seorang anak.

Kata Kunci: *Ibu Hamil, ASI Ekslusif, Teknik Menyusui*

1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi yang paling baik untuk bayi hal ini dikarenakan asi sangat mudah dicerna juga memiliki kandungan gizi yang dibutuhkan dalam pertumbuhan serta kekebalan tubuh bayi. ASI mengandung sumber nutrisi, seperti protein, karbohidrat, dan zat gizi lainnya yang dapat mendukung memperkecil kemungkinan bayi atau balita menderita stunting. Kandungan ASI sangat dibutuhkan oleh bayi, bayi usia 0 – 6 bulan dapat terpenuhi kebutuhan gizinya bila hanya mengkonsumsi ASI saja (Kurniawati, D, 2020)

Menurut United Nations Children's Fund (UNICEF) dan World Health Organization (WHO) bayi dianjurkan untuk hanya diberi ASI saja sampai 6 bulan dan dilanjutkan sampai usia dua tahun sehingga dapat membantu menekan atau menurunkan angka morbiditas dan mortalitas pada bayi (WHO, 2018).

Angka cakupan ASI Eksklusif di Kalimantan Selatan pada tahun 2021 sebesar 50,16%, dimana capaian persentase ASI eksklusif tertinggi adalah Kabupaten Tabalong

(70,40%) dan merenda di Kabupaten Balangan (19,10%). Sedangkan pada Kabupaten Banjar persentase ASI eksklusif di tahun 2021 sebesar 56,5%. Jumlah bayi yang diberikan ASI Eksklusif di Provinsi Kalimantan Selatan pada tahun 2022 mencapai 39.598 bayi dari jumlah keseluruhan yaitu 51.314 bayi. Daerah dengan persentase pemberian ASI eksklusif tertinggi yaitu di Kabupaten Hulu Sungai Tengah yaitu sebesar 82,8%, sedangkan daerah dengan persentase terendah yaitu di Kabupaten Kotabaru (Dinas Kesehatan Kalimantan Selatan, 2022).

Kabupaten Banjar menduduki urutan kedua persentase pemberian ASI eksklusif terendah pada tahun 2022, yaitu sekitar 45,4%, yang dimana angka ini masih dibawah rata-rata persentase secara keseluruhan yaitu sekitar 60% dan mengalami penurunan jika dibandingkan dengan persentase ASI eksklusif pada tahun 2021. Jumlah bayi yang diberikan ASI Ekslusif pada bayi tahun 2022 mencapai 39.598 bayi dari jumlah keseluruhan yaitu total sebanyak 51.314 bayi (Dinas Kesehatan Kalimantan Selatan, 2022)

Keberhasilan dalam pemberian ASI Eksklusif menjadi salah satu faktor

pendukung upaya untuk membantu menekan kejadian stunting hal ini disebabkan oleh beberapa hal salah satunya menurut *Unicef Framework* faktor penyebab stunting pada balita antara lain asupan makanan yang tidak seimbang. Asupan makanan yang tidak seimbang ini termasuk dalam pemberian ASI Eksklusif yang tidak diberikan selama 6 bulan (Fitri, L, 2018).

Tentunya manfaat ASI Eksklusif bagi bayi sangat banyak yaitu sebagai nutrisi lengkap, meningkatkan daya tubuh, meningkatkan kecerdasan mental dan emosional yang stabil serta spiritual yang matang diikuti perkembangan sosial yang baik, mudah dicerna dan diserap, memiliki komposisi lemak, karbohidrat, kalori, protein dan vitamin, perlindungan penyakit infeksi, perlindungan alergi karena didalam ASI mengandung antibodi, memberikan rangsang intelektual dan saraf, meningkatkan kesehatan dan kepandaian secara optimal (Mufdlilah, 2017).

Pemberian ASI pada dasarnya bermanfaat bagi Ibu. Ibu yang memberikan ASI akan mendapatkan keuntungan yang tidak didapatkan pada saat tidak memberikan ASI (Kurniawati, D, 2020). Namun tentunya juga terdapat tantangan yang dihadapi dimasyarakat mengenai pemberian ASI Ekslusif adalah banyaknya ibu yang tidak paham mengenai cara memberikan ASI dengan benar dan bagaimana melakukan teknik menyusui secara tepat saat kehamilan sehingga proses menyusui saat setelah melahirkan menjadi berjalan lancar sehingga ASI Ekslusif dapat tercapai.

Teknik menyusui yang benar biasanya diabaikan oleh ibu hamil karena kurangnya pemahaman tentang bagaimana melakukan cara menyusui yang benar, seperti bagaimana posisi, perlekatan yang baik sehingga bayi dapat menghisap efektif. Apabila masalah ini tidak diatasi maka akan memberikan efek kepada pertumbuhan bayi. Saat menyusui yang kurang tepat maka akan mempengaruhi jumlah volume asi yang akan dihasilkan (Rina E, Rusdyati, T, 2016).

Kader merupakan ujung tombak yg sangat berperan penting dalam membantu bidan desa dan tenaga kesehatan lainnya untuk

meningkatkan pemahaman ibu hamil ataupun ibu menyusui dalam pemberian asi ekslusif. Ini menjadi indikator perhatian kader terhadap masalah pemberian ASI Ekslusif untuk ibu menyusui yang belum terealisasikan dengan baik karna mereka bisa merasa Susu Formula solusi yang tepat untuk keadaan mereka. Walaupun Ibu sudah banyak tahu tentang ASI Ekslusif namun pemberian ASI Ekslusif masih tergolong rendah. Sehingga kader diharapkan dapat memiliki kemampuan dalam pemahaman tentang teknik menyusui yang benar dan perawatan payudara, dengan hal yang sederhana ini para kader dapat mengajarkan para ibu hamil atau menyusui saat mereka bertemu diposyandu atau acara lainnya.

2. IDENTIFIKASI MASALAH

Wawancara kepada 70% dari total seluruh ibu hamil yang menjadi mitra yaitu 16 orang, didapatkan hasil tingkat pendidikan ibu hamil sebagian besar mayoritas memiliki Pendidikan SMA/Aliyah, sebagian besar ibu hamil bekerja sebagai IRT ketika diwawancara sebagian besar mereka mengatakan saat menyusui pernah mengalami kendala seperti puting lecet dan sakit, payudara membengkak dan menimbulkan nyeri serta air susu yang tidak keluar banyak. Hal ini mengakibatkan proses ASI Ekslusif yang mereka jalani terkendala. Kurangnya pemahaman para ibu hamil tentang cara melakukan perawatan payudara dan teknik menyusui yang benar sehingga kesalahan yang mereka lakukan membuat ASI terkendala diberikan kepada bayi, seperti puting lecet, bendungan ASI, nyeri pada payudara, payudara kotor dan juga sedikitnya ASI yang diproduksi oleh payudara. Menurut teori memang terjadi karena kesalahan dalam melakukan teknik menyusui yang benar dan perawatan payudara yang diakukan sejak hamil. Maka berdasarkan masalah tersebut diatas dan juga amanat dari master plan pemerintah tentang penurunan stunting tahun 2023 atau 29 indikator layanan esensial yang sudah ditetapkan sebagai strategi pencapaian indikator cakupan layanan didaerah dan juga berhubungan dengan program intervensi spesifik salah satunya yaitu penguatan kampaye asi ekslusif maka permasalahan

ditempat mitra ini harus segera diatasi dan dilakukan peningkatan pemahaman kader sebagai ujung tombak yang membantu suksesnya cakupan ASI Ekslusif.

3. METODE PELAKSANAAN



Kegiatan pelatihan ini dimulai dari menyetujui kontrak waktu pelatihan yang akan dilakukan selama 3-4 jam dan peserta diminta untuk mengisi absensi peserta. Salah satu fasilitator akan membagikan alat dan bahan kepada 16 ibu hamil, serta juga dibagikan buku saku mengenai teknik menyusui yang baik dan benar sebagai salah satu media pelatihan. Fasilitator akan melakukan demonstrasi menggunakan video pembelajaran dan mencontohkan bagaimana cara melakukan teknik menyusui yang baik dan benar.

Selanjutnya, membuat kelas kecil untuk masing-masing kelompok belajar mempraktekkan teknik yang sudah diajarkan bersama fasilitator dengan menggunakan buku saku yang telah dibagikan sebelumnya. Ibu hamil akan memperagakan teknik yang sudah diajarkan dan dilakukan penilaian oleh masing-masing fasilitator menggunakan SPO di tiap-tiap kelompok/kelas kecil. Fasilitator akan menghitung nilai *pre-test* dari kemampuan ibu hamil berdasarkan hasil observasi.



Setelah dilakukan pre-test dan observasi, selanjutnya antara fasilitator dan ibu hamil di tiap-tiap kelompok/kelas kecil akan menyetujui waktu untuk kunjungan kedua sampai kunjungan keenam. Saat didapatkan kesepakatan waktu pelaksanaan kunjungan kedua hingga keenam, nantinya akan dilakukan penilaian keterampilan ibu hamil menggunakan SPO pada kunjungan kedua sampai kunjungan keenam. Pada minggu keenam atau akhir pelaksanaan pelatihan, fasilitator akan menghitung nilai kemampuan keterampilan ibu hamil dari minggu pertama hingga minggu keenam.

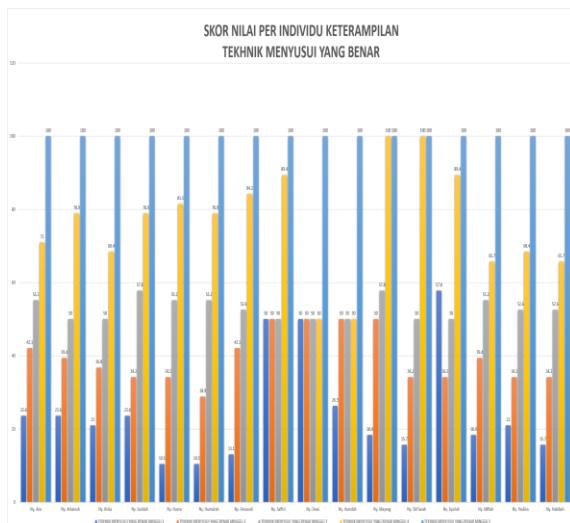


4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang didapatkan berdasarkan dari observasi yang dilakukan dari pertemuan pertama hingga pertemuan keenam mengenai pelatihan teknik menyusui yang baik dan benar adalah sebagai berikut :

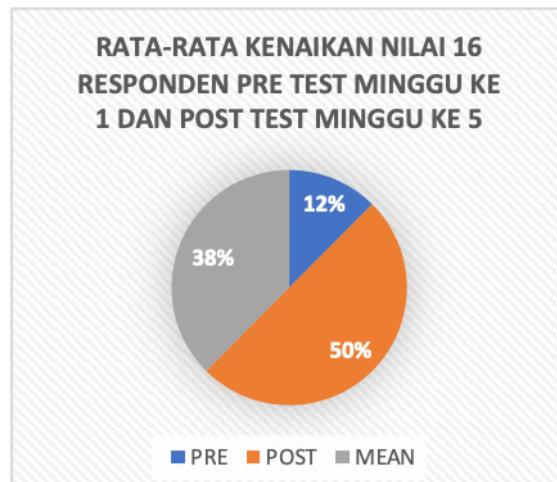


Berdasarkan dari diagram diatas dari total 16 ibu hamil didapatkan hasil kurva rata-rata skor teknik menyusui yang benar mengalami kenaikan kearah positif, dengan nilai kenaikan sebesar 75,05. Pemberian ASI bukan hanya sekedar tentang memberikan makanan kepada para bayi, akan tetapi hal ini juga merupakan hal yang sama dengan ungkapan ibu dalam memberikan kasih sayang, rasa nyaman dan aman, serta celoteh dan senandung yang dapat merangsang memori dan keterampilan seorang anak.



Berdasarkan dari diagram diatas dari total 16 ibu hamil didapatkan hasil rata-rata

seluruh ibu hamil mengalami kenaikan kearah positif tentang kemampuan keterampilan melakukan teknik menyusui yang benar sejak dari pertemuan pertama hingga pertemuan terakhir. Dalam hal ini semua Wanita yang sudah melahirkan berpotensi untuk menyusui anaknya. Akan tetapi sangat disayangkan bahwa tidak semua perempuan bisa memahami dan menghayati kodratnya. Hal ini bisa karena pengetahuan yang kurang atau persepsi yang keliru tentang payudara dan juga mengenai proses menyusui, bisa juga dikarenakan kurangnya pemahaman tentang peran dan fungsi ibu serta pemanfaatan ASI. Ibu yang punya banyak kesibukan atau permasalahan lainnya yang menjadi alasan ibu tidak memberikan ASI pada bayinya.



Berdasarkan dari diagram diatas dari total 16 ibu hamil didapatkan hasil rata-rata seluruh ibu hamil mengalami kenaikan kearah positif tentang kemampuan keterampilan melakukan teknik menyusui yang benar sejak dari pertemuan pertama hingga pertemuan terakhir yaitu sebesar 38%. Beberapa hal dalam proses menyusui yang harus dipahami adalah penempatan bayi pada posisi dan perlekatan yang benar saat menyusu merupakan kunci utama kebersahilan proses menyusui. Posisi dan perlekatan yang benar ini memungkinkan bayi mengisap pada areola (bukan pada puting) sehingga ASI akan mudah keluar dari tempat diproduksinya ASI dan puting tidak terjepit diantara bibir sehingga puting tidak lecet. Setelah bayi selesai menyusu bayi perlu disendawakan dengan tujuan untuk membantu ASI yang masih ada di

saluran cerna bagian atas masuk ke dalam lambung sehingga dapat mengeluarkan udara dari lambung agar bayi tidak muntah setelah menyusu. Semua hal ini akan dilatih pada keterampilan teknik menyusui.

5. KESIMPULAN

Didapatkan kesimpulan yaitu berdasarkan dari diagram pertama, dari total 16 ibu hamil didapatkan hasil rata-rata seluruh ibu hamil mengalami kenaikan kearah positif tentang kemampuan keterampilan melakukan teknik menyusui yang benar sejak dari pertemuan pertama hingga pertemuan terakhir yaitu sebesar 38%.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak Puskesmas Kecamatan Aluh-Aluh, Bidan Koordinator, Bidan Desa, ibu-ibu hamil dan kader Desa Pemurus dalam atas partisipasi dan dukungannya sehingga dapat tercapainya keberhasilan dari kegiatan ini.

7. REFERENSI

- Dinas Kesehatan Kalimantan Selatan. 2022. *Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan*. Edisi ke-1, Dinas Kesehatan Pemerintah Provinsi Kalimantan Selatan. Banjarmasin.
- Fitri, L. (2018). Hubungan BBLR dan ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting di Puskesmas Lima Puluh Pekanbaru. *Jurnal Endurance*, 3(1), 131-137.

Kurniawati, D, Ratna Sari H, Iis Rahmawati. 2020. *Buku Saku Air Susu Ibu*. KHD Production. Bondowoso

Mufdlilah. (2017). Buku Pedoman Pemberdayaan Ibu Menyusui pada Program ASI Eksklusif. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Yogyakarta

Rinata, E., Rusdyati, T., & Sari, P. A. (2016). Teknik Menyusui Posisi, Perlekatan dan Keefektifan Menghisap-Studi Pada Ibu Menyusui Di Rsud Sidoarjo. Temu Ilmiah Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat, 128–139.

Roesli, U. (2007). *Inisiasi Menyusui Dini Plus Asi Ekslusif*. Edisi ke-1, Pustaka Bunda. Jakarta.

Sudargo, T. dan Kusmayanti, N.A.(2023). *Pemberian Asi Ekslusif sebagai Makanan Sempurna untuk Bayi*. Edisi ke-1, Gadjah Mada University Press. Yogyakarta.

Wahyuni, E, Andriani, L, Yanniarti, S, dan Yorita, E (2022). *Perawatan Payudara (Breast Care) untuk Mengatasi Masalah Puting Susu*. Edisi ke-1, NEM. Jawa Tengah.

World Health Organization (2018). Breastfeeding. Diakses 17 Juli 2024, dari https://www.who.int/health-topics/breastfeeding#tab=tab_1