

PENDIDIKAN KESEHATAN PADA IBU BEKERJA TENTANG ASI EKSKLUSIF DAN PENDAMPINGAN PEMBERIAN ASI DI RW V KELURAHAN KALIPANCUR KECAMATAN NGALIYAN

Arum Meiranny

Universitas Islam Sultan Agung Semarang

ABSTRACT

Exclusive breast milk is the first, main and best food for the baby, which is natural. Breast milk contains various nutrients needed in the process of growth and development of infants (Prasetyono, 2009). Benefits of breast milk is so large as breast milk can reduce the risk of infants suffering from various diseases. If the sick baby will recover faster when breastfed. Breast milk also helps the growth and development of children's intelligence. According to the study, non-breastfed children had an IQ (Intellectual Quotient) lower 7 to 8 points compared with exclusively breast-fed children. Because in breast milk there are nutrients needed for infant brain growth that are absent or very little present in cow's milk, among others: Taurine, Lactose, DHA, AA, Omega-3, and Omega-6 (Nurheti, 2010). Although breastfeeding and breastfeeding are beneficial, but not yet fully implemented, an estimated 85% of mothers in the world do not breast feed optimally.

Number of working mothers in RW V Kelipahan Kalipancur District Ngaliyan who have infants under 6 months as many as 9 people. The problem is that when the mother begins to work because the leave is over, they are confused to breastfeed their babies, so they finally choose to feed their baby formula. The solution of this problem aims to optimize the willingness and ability of working mothers to be able to provide exclusive breastfeeding. The resulting output is the application of science and technology and the increase in the quantity and quality of exclusive breastfeeding.

Implementation of activities with the implementation / transfer of science and technology conducted directly on April 6, 2017 with the target of working mothers in RW V Kelipahan Kalipancur District Ngaliyan. IPTEK transfer form begins with a pre test and ends with a post test, education is delivered with an easy to understand method that gives material about the importance of breast milk and breastfeeding, the difference between breast milk and formula milk, how to milk milk, how to save milk, how to give breast milk, with demonstrations. All participants tried to milk milk directly at the time with the equipment provided by the applicant to each mother.

The level of cadre understanding of pre test and post test increased by 4.45%, the participants were able to milk ASI as taught and could use the existing equipment. The most important part of this activity is that mothers will transfer or teach other breastfeeding mothers, either in this area or in the office.

Key Words: Breast milk, mother working and breastfeeding, breastfeeding

A. PENDAHULUAN

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) atau menyusui bayi dilakukan di berbagai lapisan masyarakat di seluruh dunia, karena banyak manfaat yang diperoleh dari ASI Eksklusif dan praktik menyusui selama 2 tahun. Pemberian ASI Eksklusif merupakan cara pemberian makanan yang sangat tepat dan kesempatan terbaik bagi kelangsungan hidup bayi di usia 6 bulan, dan melanjutkan pemberian ASI sampai umur 2 tahun (Harnowo, 2012).

Pentingnya pemberian ASI Eksklusif sangat jelas terlihat di dalam Alquran Surat Albaqarah 233 dan adanya peran dunia yaitu pada tahun 2006 WHO (World Health Organization) mengeluarkan Standar Pertumbuhan Anak yang kemudian diterapkan di seluruh dunia yang isinya adalah menekankan pentingnya pemberian ASI saja kepada bayi sejak lahir sampai usia 6 bulan. Setelah itu, barulah bayi mulai diberikan makanan pendamping ASI sambil tetap disusui hingga usianya mencapai 2 tahun.

Sejalan dengan peraturan yang di tetapkan oleh WHO, Indonesia juga menerapkan peraturan terkait pentingnya ASI Eksklusif yaitu dengan mengeluarkan Peraturan Pemerintah (PP) nomor 33/2012 tentang pemberian ASI Eksklusif. Peraturan ini menyatakan kewajiban ibu untuk menyusui bayinya sejak lahir sampai bayi berusia 6 bulan.

ASI Eksklusif merupakan makanan pertama, utama dan terbaik bagi bayi, yang bersifat alamiah. ASI mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan bayi (Prasetyono, 2009). Khasiat ASI begitu besar seperti ASI dapat menurunkan risiko bayi mengidap berbagai penyakit. Apabila bayi sakit akan lebih cepat sembuh bila mendapatkan ASI. ASI juga membantu pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan anak. Menurut penelitian, anak-anak yang tidak diberi ASI mempunyai IQ (Intellectual Quotient) lebih rendah 7 – 8 poin dibandingkan dengan anak-anak yang diberi ASI secara eksklusif. Karena di dalam ASI terdapat nutrien yang diperlukan untuk pertumbuhan otak bayi yang tidak ada atau sedikit sekali terdapat pada susu sapi, antara lain: Taurin, Laktosa, DHA, AA, Omega-3, dan Omega-6 (Nurheti, 2010). Meskipun menyusui dan ASI sangat bermanfaat, namun belum terlaksana sepenuhnya, diperkirakan 85% ibu-ibu di dunia tidak memberikan ASI secara optimal.

Kementerian Kesehatan telah menerbitkan Surat Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 450/Menkes/SK/IV/2004 tentang pemberian ASI secara eksklusif pada bayi di Indonesia sebesar 80%. Namun, angka ini belum dapat dicapai. Data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 menunjukkan bahwa persentase bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif

(untuk umur bayi dibawah 6 bulan) sebesar 41%, ASI Eksklusif pada bayi umur 4-5 bulan sebesar 27 %, dan yang melanjutkan menyusui sampai anak umur 2 tahun sebesar 55%.

Dari hasil penelitian *United Nation Child's Fund (UNICEF)* dari tahun 2005 hingga 2011 didapatkan hasil bahwa bayi Indonesia yang mendapat ASI Eksklusif selama 6 bulan pertama ialah sebanyak 32% dan didapati 50% anak diberikan ASI Eksklusif sehingga usia 23 bulan. Tetapi persentase ini masih rendah bila dibandingkan dengan negara berkembang lain seperti Bangladesh didapati 43% anak diberikan asi eksklusif selama 6 bulan dan 91% anak mendapat ASI sehingga usia 23 bulan (UNICEF, 2011).

Begitu pula yang terjadi di Indonesia, data dari Sentra laktasi Indonesia mencatat bahwa berdasarkan survei demografi dan kesehatan Indonesia 2007-2010, hanya 48% ibu yang memberikan ASI eksklusif. Di Indonesia, rata-rata ibu memberikan ASI eksklusif hanya 2 bulan, sementara pemberian susu formula meningkat 3 kali lipat. Dan berdasarkan data dari Bappenas tahun 2010 menyatakan bahwa hanya 31% bayi di Indonesia mendapatkan ASI Eksklusif hingga usia 6 bulan.

Terdapat beberapa penyebab rendahnya pemberian ASI Eksklusif. Salah satunya adalah ibu bekerja yang sudah habis masa cutinya dan menyerahkan pengasuhan bayi ke pengasuhnya dimana keduanya belum mengetahui cara memberikan ASI Eksklusif.

Hasil survei yang dilakukan di RW V Kelurahan Kalipancur, terdapat 9 orang ibu bekerja yang memiliki bayi. Gambaran pengetahuan semua responden menyadari dan tahu akan pentingnya ASI Eksklusif. Sedangkan ibu yang memberikan ASI Eksklusif hanya 2 orang, itu pun dengan

menggunakan dot sehingga seringkali bayi mengalami bingung puting. Sedangkan 3 orang ibu menyusui hanya memberikan ASI selama 3 bulan karena alasan sudah habis masa cuti dan ketika kembali bekerja produksi ASI berkurang karena kesibukan bekerja sehingga bayi menolak ASI dan lebih memilih susu formula. Sedangkan 1 orang tidak memberikan ASI Eksklusif pada bayinya dengan alasan ASI tidak keluar dan tidak cukup untuk kebutuhan bayi.

Rendahnya pengetahuan dan praktik pemberian ASI Eksklusif ini dapat disebabkan karena ibu belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang ASI Eksklusif dan cara pemberiannya kepada bayi tanpa bayi langsung menyusui.

B. INSPIRASI

RW V Kelurahan Kalipancur Kecamatan Ngaliyan terdiri dari 13 RT dan mempunyai 1 posyandu, Saat ini jumlah ibu bekerja dan menyusui bayi sebanyak 9 orang. Masa cuti yang sudah habis dan ibu mulai bekerja membuat para ibu tersebut menambahkan susu formula sebagai tambahan untuk ASI.

C. METODE :

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di RW V dengan pengusul yang berstatus sebagai konselor menyusui.

Penyuluhan dilakukan sekali dengan mengumpulkan ibu bekerja yang menyusui di salah satu rumah ibu, kemudian seminggu sekali pengusul melakukan kunjungan rumah untuk mendampingi ibu bekerja yang menyusui.

Transfer IPTEK yang diberikan yaitu dengan memberikan materi serta pendampingan menyusui. Ilmu pengetahuan yang disampaikan dalam pendampingan menyusui:

a. Pentingnya ASI dan menyusui

b. Perbedaan antara ASI dan susu formula

c. Cara memerah ASI

d. Cara menyimpan ASI

e. Cara memberikan ASI

Sebelum penyampaian materi dan demonstrasi, dilakukan pre test untuk mengetahui tingkat pemahaman ibu bekerja serta diakhiri dengan post test.

D. KARYA UTAMA

Meningkatnya pengetahuan tentang ASI eksklusif serta ketrampilan ibu bekerja untuk menyusui bayinya diharapkan mampu mengajarkan kepada masyarakat secara langsung dan berkelanjutan bagi setiap ibu bekerja yang tetap ingin memberikan ASI secara eksklusif. Untuk memudahkan dalam mentransfer IPTEK, setiap ibu juga dibekali set peralatan untuk memerah ASI.



Gambar 1. Tim Pengusul menyampaikan materi



Gambar 2. Tim pengusul mendampingi cara pemberian ASI melalui gelas kecil



Gambar 3. Perlengkapan pemerah ASI



Gambar 4. Foto bersama tim pengusul dengan ibu bekerja

E. ULASAN KARYA

Pelaksanaan kegiatan yang dilaksanakan dalam waktu yang singkat sangatlah terbatas. Peralatan pemerah ASI juga masih sebatas 1 set, sehingga ibu harus membeli sendiri perlengkapan-perengkapan yang digunakan untuk selanjutnya.

Supaya keberlanjutan transfer IPTEK tetap berjalan, ibu bekerja dan menyusui akan mengajarkan cara yang telah disampaikan kepada ibu-ibu bekerja menyusui yang lainnya di wilayah RW V Kelurahan Kalipancur Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang dan juga di kantor tempat mereka bekerja.

F. KESIMPULAN

Dari sejumlah penelitian medis terakhir menyarankan bahwa bayi baru lahir hingga berumur 6 bulan hanya diberikan ASI saja, tanpa minuman maupun makanan pendamping apapun. Makanan pendamping sebaiknya dikenalkan pada bayi saat ia berusia 6

bulan. Karena di usia tersebut, sistem pencernaan dan sistem kekebalan tubuh anak relatif sudah sempurna dan siap untuk menerima makanan padat. Hal ini akan mengurangi kemungkinan resiko terkena alergi makanan.

Ibu bekerja yang sudah habis masa cutinya, dan bayinya belum berusia 6 bulan, tetap dapat memberikan ASI kepada bayinya dengan cara pemerah ASI dan menyimpannya dengan baik. Ketika akan diminumkan kepada bayinya, dapat dilakukan dengan cara-cara yang tepat.

Jumlah ibu bekerja yang mengikuti kegiatan 100% hadir dan peningkatan pengetahuan tentang ASI eksklusif sebesar 4,45%. Seluruh ibu yang mengikuti kegiatan ini langsung mendemonstrasikan secara langsung dengan bahan dan peralatan yang telah disediakan tim pengusul.

Pendampingan pemberian ASI pada ibu bekerja ini dilaksanakan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang bagaimana memberikan ASI secara benar dan tepat walaupun tidak secara langsung kepada bayi.

G. DAMPAK DAN MANFAAT KEGIATAN

Dampak langsung dari kegiatan ini peningkatan pengetahuan dan ketrampilan ibu tentang pemberian ASI dengan cara pemerah. Ibu bekerja yang turut andil dalam kegiatan ini dapat menyampaikan secara kontinue dan berkelanjutan kepada ibu lainnya.

Hasil post test kader tingkat pengetahuan tentang pemberian ASI mengalami kenaikan sebesar 4,45%, serta ibu dapat memberikan ASI walaupun harus bekerja dan berpisah dengan anaknya.

Penyampaian IPTEK yang diberikan secara terus-menerus kepada masyarakat supaya masyarakat sadar akan pentingnya ASI eksklusif dan

tepat dalam pemberian ASI, sehingga cakupan ASI eksklusif mencapai target yang ada serta status gizi balita meningkat.

H. DAFTAR PUSTAKA

1. Cadwell Karen, dkk. 2011. *Buku Saku Manajemen Laktasi*. Jakarta : EGC.
2. Harnowo, P.A. (2012). Hanya 33,6% Bayi di Indonesia yang Dapat ASI Eksklusif. Diunduh pada tanggal 19 September 2012 dari <http://health.detik.com/read/2012/09/19/132344/2025874/764/hanya-336-bayi-di-indonesia-yang-dapat-asi-eksklusif>.
3. Hegar, Badriul dkk. 2008. *Bedah ASI*. Jakarta : Balai penerbit FKUI.
4. PermenRI No. 33 tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif
5. Prasetyono, D.S. (2009). *Buku Pintar ASI Eksklusif*. Yogyakarta: DIVA Press.
6. Proverawati, A. & Rahmawati, E. (2010). *Kapita Selekta Asi dan Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.
7. Rulina Suradi, dkk. 2010. *Indonesia Menyusui*. Jakarta : IDAI.
8. Roesli Utami. 2005. *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta : Trubus Agriwidya.
9. UU RI No. 36 tahun 2009 tentang Kesehatan
10. WHO/UNICEF. *Panduan Pelatihan Konseling Menyusui Modul 40 jam*. WHO/UNICEF. 2011.

I. PENGHARGAAN

Atas terselenggaranya kegiatan ini, kami sampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof., Dr., H. Anis Malik Thoha, Lc.,MA.,Ph.D selaku Rektor

Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah membiayai kegiatan pengabdian masyarakat ini.

2. Dr., dr. Setyo Trisnadi, SH., Sp. KF. selaku Dekan Fakultas Kedokteran Unissula.
3. Tri Leksono selaku Ketua RW V Kelurahan Kalipancur Kecamatan Ngaliya Kota Semarang
4. Rekan dosen dan mahasiswa yang telah membantu dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.
5. Serta semua pihak yang tidak bisa kami sebutkan satu persatu. Laporan ini masih jauh dari sempurna, untuk itu kami berharap masukan dan saran perbaikan untuk laporan selanjutnya. Semoga laporan ini bermanfaat bagi semua pihak. Aamiin.