

**MENINGKATKAN PENGETAHUAN MENGENAI PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DAN  
MANAJEMEN LAKTASI MELALUI PENYULUHAN PADA IBU**

<https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i6.4512>

Rudi Haryanto<sup>1\*</sup>, Febi Ratnasari<sup>2</sup>, Eka Puji Hastuti<sup>1</sup>, Liana Oktariani<sup>1</sup>, Osrika Hotnasari Sitompul<sup>1</sup>, Nurseha<sup>1</sup>, Rotua Nurmala Gurning<sup>1</sup>, Siska Karmelia<sup>1</sup>, Yudi Sulisty<sup>1</sup>, Ola Filianata<sup>1</sup>, Diannita Tri Lestari<sup>1</sup>, Puspita Ayu Marhaeni<sup>1</sup>, Rafika Ulandari<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Mahasiswa Profesi Ners STIKES Yatsi Tangerang

<sup>2</sup> Dosen STIKES Yatsi Tangerang

Disubmit: 13 Juni 2021

Diterima: 23 Juni 2021

Diterbitkan: 01 Desember 2021

Email Korespondensi: rudi18haryanto@gmail.com

**ABSTRAK**

Bayi baru lahir perlu mendapat perawatan yang optimal sejak dini, termasuk pemberian makanan yang ideal. Air Susu Ibu (ASI) eksklusif adalah sumber nutrisi terbaik pada bayi. Pemberian ASI eksklusif diketahui dapat mencegah terjadinya *stunting* pada anak. Terdapat berbagai kendala yang muncul dalam upaya pemberian ASI eksklusif seperti kurangnya tingkat pengetahuan ibu mengenai manajemen laktasi dan teknik pemberian ASI eksklusif. Tujuan kegiatan ini adalah dengan memberikan penyuluhan secara daring tentang manajemen laktasi dan teknik pemberian ASI eksklusif dengan baik dan benar diharapkan dapat mengurangi resiko terjadinya *stunting* pada anak. Metode penyuluhan menggunakan presentasi power point mengenai manajemen laktasi dan manfaat ASI eksklusif serta demonstrasi cara menyusui yang benar dan teknik pijat oksitosin melalui aplikasi *Zoom Meeting*. Setelah dilakukan penyuluhan didapatkan peningkatan pengetahuan ibu-ibu tentang teknik menyusui dengan baik dan benar cara meningkatkan produksi ASI.

**Kata Kunci:** ASI Eksklusif, manajemen laktasi, penyuluhan

**ABSTRACT**

*Newborns need to receive optimal care from an early age, including ideal feeding. Mothers' own milk is the best source of nutrition for nearly all infants. Exclusive breastfeeding can prevent stunting in children. There are various obstacles of that, such as the lack of knowledge of mothers about lactation management and exclusive breastfeeding techniques. This activity aims to provide online counseling about lactation management and the best breastfeeding techniques, which is expected to reduce the risk of stunting in children. A power point presentation of lactation management and the benefits of Mothers' own milk also the demonstration of the breastfeeding and oxytocin massage techniques were done through the Zoom Meeting application. After counseling, there was an increase in the knowledge of the mothers about exclusive breastfeeding techniques and how to increase Mothers' own milk.*

**Keywords:** Exclusive breastfeeding, lactation management, counseling

## 1. PENDAHULUAN

Secara global, sekitar 149 juta anak balita menderita *stunting*. Anak-anak ini memulai hidup mereka dengan kerugian yang nyata: mereka menghadapi kesulitan belajar di sekolah, berprestasi lebih rendah sebagai orang dewasa, dan menghadapi hambatan untuk berpartisipasi dalam komunitas mereka. Pada Tahun 2018, lebih dari setengah dari semua anak di bawah 5 tahun yang mengalami *stunting* tinggal di Asia dan lebih dari sepertiganya tinggal di Afrika (WHO, 2019). Berdasarkan hasil survey Status Gizi Balita pada 2019, prevalensi *stunting* Indonesia tercatat sebesar 27,67 persen atau masih lebih tinggi dari standar yang ditetapkan oleh WHO yang tak boleh melebihi 20 persen (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Pemberian ASI eksklusif diketahui dapat mencegah terjadinya *stunting* pada anak (Sampe, Toban, & Madi, 2020). Bayi baru lahir perlu mendapat perawatan yang optimal sejak dini, termasuk pemberian makanan yang ideal. Air Susu Ibu sumber nutrisi terbaik bagi bayi. ASI mengandung berbagai agen bioaktif yang membantu fungsi saluran pencernaan dan sistem kekebalan tubuh, serta dalam perkembangan otak (Martin, Ling, & Blackburn, 2016). Secara nasional, cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2019 yaitu sebesar 67,74% telah melampaui target yaitu sebesar 50%. Namun, masih terdapat empat provinsi yang belum mencapai target Renstra tahun 2019, yaitu Gorontalo, Maluku, Papua, dan Papua Barat. Untuk Propinsi Banten, cakupan pemberian ASI eksklusif baru mencapai 53,96% atau masih di bawah rata-rata nasional (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Terdapat berbagai hambatan dalam praktik pemberian ASI eksklusif. Rasa kurang yakin akan kemampuan ibu dalam memberikan ASI eksklusif karena pengaruh keluarga dan budaya di masyarakat dan kurangnya dukungan dari tempat kerja membuat ibu tidak percaya diri dalam memberikan ASI eksklusif (Agustina, Prabandari, & Sudargo, 2020).

Berdasarkan studi oleh Novitasari, Mawati, & Rachmania (2019) menunjukkan bahwa ibu yang berpengetahuan baik cenderung memberikan ASI eksklusif dan ibu yang berpengetahuan kurang cenderung tidak memberikan ASI eksklusif. Hal ini senada dengan studi dari Anggraini, Sari, & Utami (2020) dan Mustafa & Ibrahim (2019) yang menunjukkan bahwa ibu yang memiliki tingkat pengetahuan kurang, cenderung tidak memberikan ASI eksklusif. Lebih lanjut, Risnayati, Sudirman, & Rosnawati (2018) menunjukkan ibu yang memiliki sikap positif cenderung memberikan ASI eksklusif dan ibu yang memiliki sikap negatif cenderung tidak memberikan ASI eksklusif.

Dengan memberikan penyuluhan mengenai pemberian ASI eksklusif pada bayi, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua mengenai manfaat ASI, manajemen laktasi, dan teknik-teknik pendukung selama fase menyusui, sehingga dapat meningkatkan cakupan pemberian ASI eksklusif dan mendorong keberhasilan ibu agar dapat berhasil menyusui hingga bayi berusia dua tahun.

## 2. MASALAH

Masih rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif di Propinsi Banten serta masih kurangnya tingkat pengetahuan mengenai ASI eksklusif dan manajemen laktasi pada orangtua/ keluarga yang merupakan pasien-pasien kelolaan mahasiswa praktik profesi ners STIKes Yatsi Tangerang, merupakan salah satu alasan dilakukannya penyuluhan tentang pemberian ASI eksklusif dan manajemen laktasi.



Gambar 2.1 Maps lokasi acara

### 3. METODE

#### a. Tahap persiapan

Tahap persiapan kegiatan ini dimulai dari pembuatan proposal kegiatan, materi penyuluhan dibuat secara singkat padat dan jelas dengan meminimalkan tulisan dan memberi gambar dalam power point hal tersebut untuk menarik perhatian sehingga memudahkan ibu untuk memahami materi, pembuatan link media dengan *Zoom Meeting*, mengingatkan kembali pada peserta untuk mengikuti acara.

#### b. Tahap pelaksanaan

Setelah semua peserta lengkap memasuki *Zoom Meeting*, ketua kelompok membuka acara dan dilanjutkan dengan presentasi secara jelas oleh narasumber serta dilanjutkan demonstrasi teknik menyusui yang baik dan benar, serta demonstrasi cara meningkatkan produksi ASI melalui teknik pijat oksitosin

#### c. Evaluasi

##### 1) Struktur

Kegiatan diikuti oleh 100 orang ibu dan calon ibu, peserta mengikuti kegiatan melalui *Zoom Meeting* sesuai dengan rencana yang dibuat. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan lancar dan materi yang disampaikan dapat dipahami oleh peserta.

##### 2) Proses

Pelaksanaan kegiatan dimulai dari pukul 15.00 s/d 16.30 WIB sesuai dengan jadwal yang telah dibuat.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Menimbang kondisi pandemi dan masih berlakunya Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) berskala Mikro di wilayah Tangerang Raya, maka kegiatan penyuluhan dilaksanakan di rumah masing-masing responden pada tanggal 11 Juni 2021 pukul 15.00 s/d 16.30 WIB dengan jumlah peserta 100 orang ibu dan calon ibu.

**Tabel 4.1**  
**Data responden berdasarkan usia**

No	usia	n	presentasi persen
1	20-25	15	15%
2	25-30	40	40%
3	30-35	30	30%
4	35-40	15	15%
	Jumlah	100	100%

Tabel 4.1 menunjukkan presentasi responden berdasarkan kelompok umur di dapatkan usia 20-25 th sebanyak 15 orang (15%), usia 25-30 th sebanyak 40 orang (40%), usia 30-35<sup>th</sup> sebanyak 30 orang (30%) dan usia 35-40 orang sebanyak 15 orang (15%).

**Tabel 4.2**  
**Data responden berdasarkan tingkat pendidikan**

No	Tingkat pendidikan	n	Presentase
1	Sarjana	65	65 %
2	SMA	25	25 %
3	SMP	10	10 %
	Jumlah	N= 100	100%

Dari tabel 4.2 menunjukkan presentasi responden berdasarkan tingkat pendidikan didapatkan hasil bahwa 65 orang (65%) sarjana, 25 orang (25%) SMA dan 10 orang (10%) berpendidikan SMP.

**Tabel 4.3**  
**Data responden berdasarkan jumlah anak**

No	Jumlah anak	N	Presentase
1	>2	17	17 %
2	1	35	35 %
3	Belum punya	48	48%
	Jumlah	N= 100	100%

Dari tabel 4.3 menunjukkan tentang jumlah anak yang telah dimiliki oleh responden adalah 17 orang (17%) telah mempunyai anak lebih 2, 35 orang (35%) telah mempunyai 1 orang anak dan 48 orang (48%) belum mempunyai anak.

**Tabel 4.4**  
Data responden berdasarkan pengetahuan ibu tentang teknik menyusui bayi dengan benar sebelum penyuluhan

No	Teknik menyusui	N	Presentase
1	Baik	48	48 %
2	Cukup	30	30 %
3	Kurang	22	22 %
	Jumlah	N = 100	100%

Dari tabel 4.4 menunjukkan tentang tingkat pemahaman teknik menyusui dengan benar yaitu sebanyak 48 responden (48%) telah memahami dengan baik teknik menyusui yang benar, 30 responden (30%) kurang memahami teknik menyusui dengan benar dan sebanyak 22 responden (22%) kurang memahami teknik menyusui dengan benar.

**Tabel 4.5**  
Data responden berdasarkan pengetahuan ibu cara meningkatkan produksi ASI sebelum penyuluhan

No	Meningkatkan produksi ASI	N	Presentase
1	Baik	50	50 %
2	Cukup	30	30 %
3	Kurang	20	20 %
	Jumlah	N = 100	100%

Dari tabel 4.5 menunjukkan tentang tingkat pengetahuan ibu mengenai cara meningkatkan produksi ASI yaitu sebanyak 50 responden (50 %) telah mengetahui cara meningkatkan produksi ASI, 30 responden (30%) cukup mengetahui dan 20 responden (20%) kurang mengetahui cara meningkatkan produksi ASI.

Setelah dilakukan penyuluhan tentang management pemberian ASI eksklusif pada bayi, praktek teknik menyusui dengan benar serta pijatan oksitoksin untuk meningkatkan produksi ASI sehingga didapatkan peningkatan pengetahuan ibu.

**Tabel 4.6**  
Data responden berdasarkan pengetahuan ibu tentang teknik menyusui bayi dengan benar sesudah penyuluhan

No	Teknik menyusui	N	Presentase
1	Baik	80	80 %
2	Cukup	20	20 %
	Jumlah	N = 100	100%

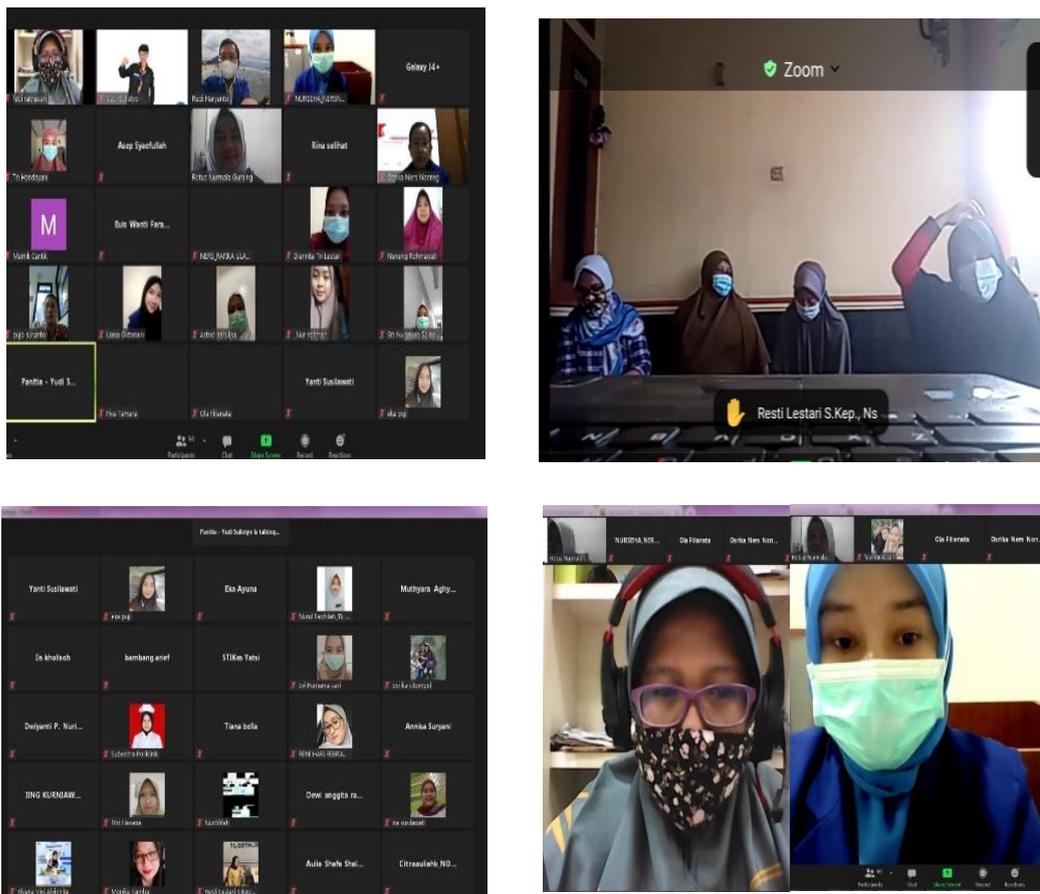
Dari tabel 4.6 menunjukkan tentang tingkat pemahaman teknik menyusui dengan benar setelah diberikan penyuluhan adalah 80 responden (80%) telah memahami teknik menyusui dengan benar, 20 responden (20%) cukup memahami teknik menyusui dengan benar.

Tabel 4.7  
Data responden berdasarkan pengetahuan ibu cara meningkatkan produksi ASI setelah penyuluhan

No	Meningkatkan produksi ASI	N	Presentase
1	Baik	90	90 %
2	Cukup	10	10 %
3	Kurang	-	-
	Jumlah	N = 100	100%

Dari tabel 4.7 menunjukkan tingkat pengetahuan ibu cara meningkatkan produksi ASI setelah pengetahuan adalah 90 responden sudah mengetahui cara meningkatkan produksi ASI dan 10 responden cukup mengetahui tentang cara meningkatkan produksi ASI.

Kegiatan evaluasi tersebut dilakukan dengan memberikan pertanyaan melalui *google form* yang diisi oleh responden. Evaluasi tersebut dilakukan untuk mengetahui tingkat pemahaman ibu tentang teknik menyusui dengan benar dan cara meningkatkan produksi ASI dengan teknik pijat oksitoksin.



Gambar 4.8 Penyuluhan tentang pemberian ASI eksklusif secara daring

Teknik dalam memberikan ASI yang benar kepada bayi diantaranya melalui pengaturan perlekatan dan posisi bayi secara baik dan benar. Bila tidak dilakukan dengan teknik yang benar akan berdampak terhadap payudara ibu diantaranya putting susu lecet, payudara bengkak dan ASI tidak mampu keluar dengan maksimal yang pada akhirnya dapat mempengaruhi produksi ASI dan mempengaruhi keberhasilan ibu dalam memberikan ASI eksklusif (Subekti, 2019).

Kuantitas dan kualitas ASI juga dipengaruhi oleh pemenuhan nutrisi yang cukup, dimana dengan nutrisi cukup akan meningkatkan kondisi fisik ibu, fisik yang baik akan meningkatkan kondisi psikis ibu, sehingga kondisi fisik dan psikis ibu sebagai faktor yang menentukan keberhasilan pemberian ASI (Rimawati, Melda, & Nurwijayanti, 2018). Meningkatkan kenyamanan ibu menyusui dan meningkatkan produksi ASI dapat dilakukan dengan pijat oksitoksin (Maita, 2016). Pemijatan tersebut dilakukan dibelakang punggung dan dapat meningkatkan hormon oksitoksin atau hormon kasih sayang yang mampu meningkatkan pemikiran positif pada ibu. Dengan pemijatan oksitoksin membuat ibu lebih relax karena pemijatan dibagian punggung merangsang banyak titik saraf dan merangsang pengeluaran oksitoksin dengan cepat. Pemijatan yang dilakukan secara teratur pada ibu postpartum 2x sehari selama 2-3 menit akan meningkatkan produksi ASI (Wulandari, Menik, & Khusnul, 2018).

Kegiatan penyuluhan kesehatan ini terdiri dari pengisian soal pre-test, penyampaian materi mengenai manajemen laktasi dan manfaat ASI eksklusif, demonstrasi cara menyusui yang baik dan benar, demonstrasi Teknik pijat oksitoksin, dilanjutkan sesi tanya jawab dan diakhiri dengan pengisian soal post-test. Peserta mengikuti pemateri mulai mendengarkan presentasi, menyaksikan demonstrasi dan mengikuti sesi tanya jawab. Peserta yang hadir dalam penyuluhan tampak sangat antusias mengikuti penyuluhan dari awal sampai akhir. Pengetahuan peserta saat evaluasi diketahui meningkat.

## 5. KESIMPULAN

Kesimpulan dari uraian kegiatan pengabdian masyarakat tersebut antara lain dengan dilakukan penyuluhan maka terdapat peningkatan pengetahuan ibu-ibu tentang teknik menyusui bayi dengan benar yang awalnya hanya 48% naik menjadi 80% serta terdapat peningkatan pengetahuan ibu tentang cara meningkatkan produksi ASI dari 50% menjadi 90%.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, R., Prabandari, Y. S., & Sudargo, T. (2020). Hambatan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja: teori ekologi sosial. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 17(2), 64. <https://doi.org/10.22146/ijcn.50155>
- Anggraini, Y., Sari, R. P., & Utami, U. (2020). Determinan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Balita di Posyandu Anggrek Trowongsan Colomadu. *Jurnal Ilmiah Maternal*, IV(10), 57-63.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *STUDI STATUS GIZI BALITA DI INDONESIA TAHUN 2019*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. [https://doi.org/10.5005/jp/books/11257\\_5](https://doi.org/10.5005/jp/books/11257_5)

- Maita, L. (2016). PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PRODUKSI ASI. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, VII, 173-175.
- Martin, C. R., Ling, P. R., & Blackburn, G. L. (2016). Review of infant feeding: Key features of breast milk and infant formula. *Nutrients*, 8(5), 1-11. <https://doi.org/10.3390/nu8050279>
- Mustafa, D., & Ibrahim. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Pemberian ASI eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Meral Kabupaten Karimun Kabupaten Kepulauan Riau. *Kebidanan*, 09(02).
- Novitasari, Y., Mawati, E. D., & Rachmania, W. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pemberian Asi Eksklusif Di Puskesmas Tegal Gundil Kota Bogor Jawa Barat Tahun 2018. *Promotor*, 2(4), 324. <https://doi.org/10.32832/pro.v2i4.2246>
- Rimawati, Melda, B., & Nurwijayanti. (2018). Kondisi Psikologis Dan Fisik Dalam Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Bekerja Di Stikes Rs. Baptis Kediri. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 4(1). <https://doi.org/10.32660/jurnal.v4i1.316>
- Risnayati, Sudirman, & Rosnawati. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Di Wilayah Kerja Puskesmas Siniu Kabupaten Parigi Moutong. *Kolaboratif SAINS*, 1(1). <https://doi.org/10.31934/jom.v1i1.353>
- Sampe, A., Toban, R. C., & Madi, M. A. (2020). Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1). <https://doi.org/10.24269/hsj.v4i1.409>
- Subekti, R. (2019). Teknik Menyusui yang Benar di Desa Wanaraja, Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 6(1), 45-49. <https://doi.org/10.32699/ppkm.v6i1.550>
- WHO. (2019). Levels and trends in child malnutrition (UNICEF / WHO / World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates). *Asia-Pacific Population Journal*, 1-16.
- Wulandari, P., Menik, K., & Khusnul, A. (2018). Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum melalui Tindakan Pijat Oksitosin. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia [JIKI]*, 2(1), 33. <https://doi.org/10.31000/jiki.v2i1.1001>