

PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN KADER TENTANG ASI EKSKLUSIF DAN CARA
MENYUSUI YANG TEPAT DI PUSKESMAS KELURAHAN
CIPINANG BESAR UTARA, JAKARTA TIMUR

Junita M. Silitonga^{1*}, Sri Laela²

¹⁻²Dosen Akper Hermina Manggala Husada

Email Korespondensi: junitasilitonga1969@gmail.com

Disubmit: 12 September 2022

Diterima: 30 September 2022
DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i10.7787>

Diterbitkan: 01 Oktober 2022

ABSTRAK

Menghadapi kehamilan merupakan salah satu faktor yang dapat menimbulkan kecemasan (Esthini, 2016). Persiapan menyusui pada masa kehamilan merupakan hal penting, sebab dengan persiapan yang baik maka ibu lebih siap untuk menyusui bayinya. Persiapan tersebut meliputi pengetahuan dan dukungan psikologis untuk mempersiapkan mental, dan pelayanan kesehatan untuk mempersiapkan keadaan fisik ibu (Rinata, 2015). Kader kesehatan masyarakat adalah pihak dari masyarakat yang merupakan lini terdepan dalam membantu masyarakat di desa mengatasi permasalahan kesehatan termasuk membantu keberhasilan ibu menyusui memberikan ASI eksklusif selama enam bulan dan melanjutkan sampai dua tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 63,8% kader sangat setuju bahwa mereka berperan dalam keberhasilan ibu menyusui. Selain itu, 66% kader membutuhkan kelompok diskusi dengan petugas kesehatan tentang menyusui secara tatap muka. Dalam melaksanakan perannya, juga terdapat kendala yang dihadapi kader kesehatan dalam membantu ibu menyusui yaitu merasa gagal dalam berkomunikasi dan meyakinkan ibu untuk menyusui bayinya (21,3%), belum memiliki pengetahuan yang memadai ketika ibu menyusui mengeluhkan ASI nya sedikit, puting kecil, dan bayi tidak mau menyusui (17%). Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah untuk menyelenggarakan pelatihan dan pendampingan kader kesehatan tentang ASI eksklusif dan cara menyusui yang tepat. Metode yang digunakan dalam kegiatan pelatihan dan pendampingan, meliputi penyuluhan kesehatan mengenai ASI eksklusif dan dilakukan pendampingan kader untuk melakukan penyuluhan kesehatan pada ibu hamil, mengajarkan tehnik menyusui yang benar. Responden pada pelatihan ini adalah kader, berjumlah 10 orang, bertempat di Wilayah RW 011 Kelurahan Cipinang Besar Utara, Jakarta Timur. Untuk mengetahui peningkatan pengetahuan kader sebelum dan sesudah pelatihan, para Kader diberikan *Pre test - Post test*. Hasil yang dicapai yaitu meningkatnya pengetahuan dan kemampuan Kader dalam melakukan penyuluhan Kesehatan kepada ibu hamil.

Kata kunci: ASI Eksklusif, Ibu Hamil, Kader

ABSTRACT

Facing pregnancy is one of the factors that can cause anxiety (Esthini, 2016). Preparation for breastfeeding during pregnancy is important, because with good preparation, mothers are better prepared to breastfeed their babies. The preparation includes knowledge and psychological support to prepare mentally, and health services to prepare the mother's physical condition (Rinata, 2015). Community health cadres are part of the community who are at the forefront of helping people in the village overcome health problems, including helping breastfeeding mothers succeed in providing exclusive breastfeeding for six months and continuing for up to two years. The results showed that 63.8% of cadres strongly agreed that they played a role in the success of breastfeeding mothers. In addition, 66% of cadres require face-to-face discussion groups with health workers about breastfeeding. In carrying out their role, there are also obstacles faced by health cadres in helping breastfeeding mothers, namely feeling a failure in communicating and convincing mothers to breastfeed their babies (21.3%), not having adequate knowledge when breastfeeding mothers complain of little breast milk, small nipples, and babies do not want to breastfeed (17%). The purpose of community service activities is to organize training and assistance for health cadres on exclusive breastfeeding and proper breastfeeding methods. The methods used in the training and mentoring activities include health counseling on exclusive breastfeeding and mentoring of cadres to provide health education to pregnant women, teach correct breastfeeding techniques. Respondents in this training were cadres, totaling 10 people, located in RW 011, Cipinang Besar Utara Village, East Jakarta. To find out the increase in the knowledge of cadres before and after training, the cadres were given a pre-test - post-test. The results achieved are increased knowledge and ability of Cadres in conducting health education to pregnant women.

Keywords: *Exclusive Breastfeeding, Pregnant Women, Cadres*

1. PENDAHULUAN

Kehamilan bagi seorang wanita merupakan hal yang membahagiakan sekaligus menggelisahkan. Kebahagiaan tersebut karena akan memperoleh keturunan sebagai pelengkap dan penyempurnaan sebagai wanita, namun juga menggelisahkan karena penuh dengan perasaan takut dan cemas mengenai hal buruk yang dapat menimpa dirinya selama kehamilan dan pada saat proses persalinan. Menghadapi kehamilan merupakan salah satu faktor yang dapat menimbulkan kecemasan (Esthini, 2016).

Persiapan menyusui pada masa kehamilan merupakan hal penting, sebab dengan persiapan yang baik maka ibu lebih siap untuk menyusui bayinya. Persiapan tersebut meliputi pengetahuan dan dukungan psikologis untuk mempersiapkan mental, dan pelayanan kesehatan untuk mempersiapkan keadaan fisik ibu. Dengan persiapan yang baik maka ibu akan lebih yakin dan siap untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Kesiapan ibu secara fisik, dapat dilihat dari keadaan payudara terutama tama puting susu, dan gizi ibu. Sedangkan kesiapan mental atau psikologis dapat dilihat dari sikap atau keputusan ibu yang positif terhadap pemberian ASI, dapat menghayati kewajibannya untuk memberikan ASI sejak masa kehamilan atau sebelum hamil untuk kesiapan pemenuhan pemberian ASI (Sadiman, 2014). Persiapan ASI eksklusif merupakan upaya yang dilakukan

ibu dan keluarga untuk menunjang keberhasilan menyusui. Dalam penatalaksanaannya dapat dimulai pada masa kehamilan, segera setelah persalinan dan pada menyusui. Persiapannya dapat meliputi upaya pencarian informasi ASI eksklusif, perawatan payudara, persiapan nutrisi, dan persiapan psikologis (Rinata, 2015).

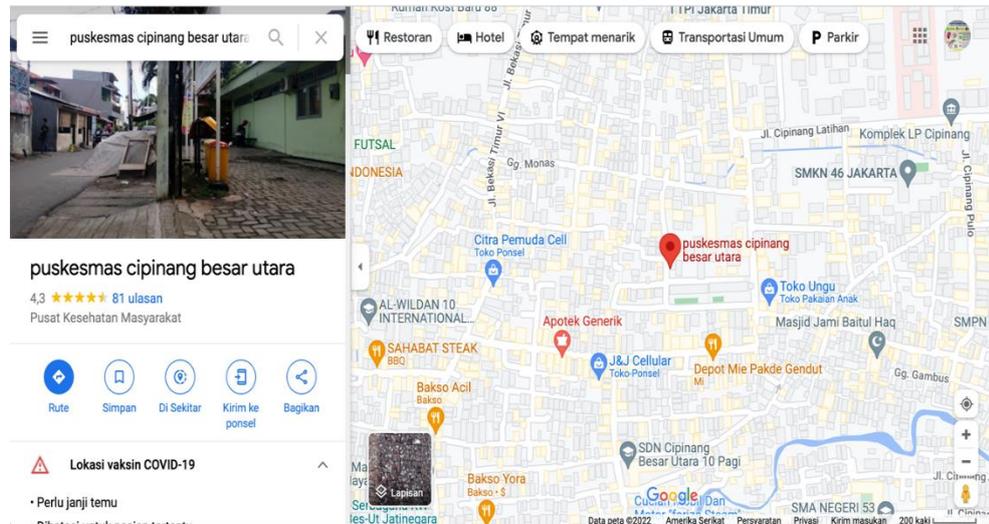
Hasil penelitian menunjukkan bahwa 63,8% kader sangat setuju bahwa mereka berperan dalam keberhasilan ibu menyusui. Selain itu, 66% kader membutuhkan kelompok diskusi dengan petugas kesehatan tentang menyusui secara tatap muka. Dalam melaksanakan perannya, juga terdapat kendala yang dihadapi kader kesehatan dalam membantu ibu menyusui yaitu merasa gagal dalam berkomunikasi dan meyakinkan ibu untuk menyusui bayinya (21,3%), belum memiliki pengetahuan yang memadai ketika ibu menyusui mengeluhkan ASI nya sedikit, puting kecil, dan bayi tidak mau menyusui (17%).

Oleh karena itu, dibutuhkan pengetahuan yang mumpuni dari kader serta forum diskusi yang dapat memotivasi kader serta berkonsultasi terhadap permasalahan yang belum diketahuinya untuk membantu keberhasilan ibu menyusui, sehingga perlu adanya penyegaran pelatihan kader dan pendampingan pada saat nantinya menemukan permasalahan terhadap ibu hamil di wilayah cipinang besar utara Jakarta Timur.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk memberikan pelatihan dan pendampingan kepada kader kesehatan dalam kesiapan pemberian ASI eksklusif pada ibu hamil di Wilayah Cipinang Besar Utara. Hal ini mendukung program prioritas Puskesmas Kelurahan Cipinang Besar Utara diantaranya adalah upaya peningkatan gizi dan kesehatan ibu dan anak (KIA).

2. MASALAH

Alasan penulis memilih tempat kegiatan di wilayah kerja Puskesmas Cipinang Besar Utara karena merupakan salah satu wilayah yang belum sepenuhnya sadar akan pentingnya kesiapan dalam pemberian ASI eksklusif pada ibu hamil dan kader belum pernah mengikuti pelatihan dalam mengatasi permasalahan pada ibu hamil. Sehingga diharapkan dengan pelatihan dan pendampingan ini dapat meningkatkan pengetahuan kader dan ibu hamil.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan

3. KAJIAN PUSTAKA

Kader posyandu mempunyai peran besar dalam upaya meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Dalam kegiatan Posyandu tugas kader posyandu adalah melakukan pendaftaran, penimbangan, mencatat pelayanan ibu dan anak dalam buku KIA (Kesehatan Ibu dan Anak). Kader kesehatan masyarakat adalah pihak dari masyarakat yang merupakan lini terdepan dalam membantu masyarakat di desa mengatasi permasalahan kesehatan termasuk membantu keberhasilan ibu menyusui memberikan ASI eksklusif selama enam bulan dan melanjutkan sampai dua tahun.

4. METODE

a. Tujuan Persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan adalah pembuatan *pre planning*, persiapan materi, pretest dan posttest, tempat dan peralatan lain disiapkan di Aula Puskesmas Cipinang Besar Utara.

b. Tahap Pelaksanaan

Acara dihadiri oleh 10 kader dan 5 ibu hamil di wilayah Puskesmas Kelurahan Cipinang Besar Utara, Jakarta Timur. Acara dibuka oleh kepala Puskesmas, Ketua RW dan dilanjutkan dengan pretest. Kemudian dilakukan penyuluhan kader kesehatan terkait materi ASI eksklusif. Selanjutnya kader dilatih untuk melakukan cara menyusui yang benar. Di hari kedua, kader didampingi untuk melakukan penyuluhan dan pelatihan kepada ibu hamil

c. Evaluasi

i. Struktur

Kegiatan dihadiri sebanyak 10 kader dan 5 ibu di wilayah Puskesmas Kelurahan Cipinang Besar Utara, Jakarta Timur. *Setting* tempat sudah sesuai dengan rencana yang dibuat dan perlengkapan yang dilakukan untuk penyuluhan sudah tersedia dan digunakan sebagaimana mestinya. Penggunaan bahasa yang digunakan dalam penyampaian komunikatif, peserta dapat memahami materi yang disampaikan selama berjalannya pelatihan, pendampingan dan diskusi.

ii. Proses Pelaksanaan

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pukul 08.00 s/d 12.00 WIB. Keesokan harinya dilakukan kegiatan pendampingan pukul 08.00 s/d 12.00 WIB. Sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan lancar dan tetap mematuhi protokol kesehatan. Hari pertama dihadiri oleh kepala puskesmas Kelurahan Cipinang Besar Utara, Pak RW, perawat puskesmas, dan 10 orang kader. Acara dibuka dengan pengenalan dan penjelasan tujuan kegiatan. Kemudian dilakukan pretest mengetahui pengetahuan kader sebelum diberikan pelatihan. Link googleform pretest dikirim melalui *WhatsApp group* kader dan diberi waktu 10 menit untuk mengerjakan. Soal pretest yang digunakan ialah sebanyak 20 soal pilihan ganda. Dilanjutkan dengan penyuluhan kesehatan menggunakan alat bantu LCD mengenai ASI eksklusif. Setelah itu, ada pelatihan untuk kader, yaitu: cara menyusui yang benar. Kader juga mendapatkan materi dalam bentuk pdf yang dishare melalui *WhatsApp group*.

Pada hari kedua dilakukan pendampingan kader pada ibu hamil. Ada 5 ibu hamil yang menjadi responden. Kader memberikan pendidikan kesehatan mengenai materi yang sudah diajarkan. Ibu hamil aktif berpartisipasi dalam kegiatan. Ibu hamil mampu menyebutkan kembali penjelasan dari kader dan mengajukan beberapa pertanyaan serta melakukan deteksi dini tumbuh kembang anak menggunakan aplikasi SDIDTK. Di akhir kegiatan dilakukan posttest pada 10 kader. Bagi kader yang mendapatkan skor > 95 berhak mendapatkan sertifikat keikutsertaan pelatihan dan pendampingan.



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan

6. KESIMPULAN

Persiapan menyusui pada masa kehamilan merupakan hal penting, sebab dengan persiapan yang baik maka ibu lebih siap untuk menyusui bayinya. Persiapan tersebut meliputi pengetahuan dan dukungan psikologis untuk mempersiapkan mental, dan pelayanan kesehatan untuk mempersiapkan keadaan fisik ibu. Dengan persiapan yang baik maka ibu akan lebih yakin dan siap untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Kegiatan pendidikan kesehatan dan pelatihan ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan peran aktif kader dalam melatih ibu hamil dalam persiapan menyusui yang benar. Kader posyandu mempunyai peran besar dalam upaya meningkatkan kesehatan ibu dan anak.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Asrinah, dkk. (2011). *Menstruasi dan Permasalahannya*. Yogyakarta: Pustaka Panasea.
- Astuti, S., Judistiani, R.T.D., Rahmiati, L., & Susanti, A.I. (2015). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Erlangga.
- Bahiyatun. (2009). *Buku Ajar Kebidanan Asuhan Nifas Normal*. Jakarta : EGC.
- Depkes RI. (2007). *Keputusan Menteri Kesehatan RI No: 900/MENKES/VII/2007. Konsep Asuhan Kebidanan*. Jakarta.
- Depkes RI. (2008). *Profil Kesehatan Indonesia 2007*. Jakarta: Departemen kesehatan RI.
- Departemen Kesehatan RI. (2010). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI; 2010.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2012). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2012*. Surabaya: Dinkes Jatim.
- Esthini, Sri. (2016). *Pengaruh Kelas Ibu Hamil terhadap Kecemasan Ibu Primigravida di Puskesmas Wates Kulon Progo*. Poltekkes Kemenkes : Yogyakarta.
- Entwistle, F., Kendall, S., & Mead, M. (2010). *Breastfeeding Support-The Importance of Self-Efficacy for Low-Income Women*. *Maternal & Child Nutrition*; 6, 228-242.
- Hapsari, Rachmawati Nila. (2013). *Kontribusi Makanan Jajanan Terhadap Tingkat Kecukupan Asupan Energi dan Protein pada Anak Sekolah yang Mendapat PMT-AS di SD Negeri Plalan 1 Kota Surakarta*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Isnaini, N., dan Apriyanti, R. (2015). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pemberian Susu Formula pada Bayi Umur 0-6 Bulan di BPS Agnes Way Kandis Bandar Lampung*. *Jurnal Kebidanan*. Vol. 1(1) : 1-4.
- Maryunani, A. (2015). *Inisiasi Menyusu Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Pertiwi, P. (2012). *Gambaran Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif di Kelurahan Kunci Indah Tanggerang*. Skripsi. Universitas Indonesia.
- Prawirohardjo, Sarwono. (2008). *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Proverawati, Andhini. (2010). *Imunisasi dan Vaksinasi*. Yogyakarta: Nuha Medika.

- Roesli, U. (2009). *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta: Pustaka Bunda.
- Sadiman, Islamiyati, & Lestariningsih. (2014). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif di PT GPM Bandar Mataram Kabupaten Lampung Tengah. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai* 7(2): 33-42.
- WHO. (2018). Infant and Young Child Feeding. <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>. [diakses pada tanggal 20 Februari 2022].
- WHO. (2015). *Cancer: Breast Cancer*. <http://www.who.int/cancer/prevention/diagnosis-screening/breastcancer/en/> - [diakses pada tanggal 20 Februari 2022].