

Penyuluhan ASI eksklusif pada ibu hamil di Desa Wirokerten Kabupaten Bantul pada masa pandemic COVID-19

Tri Siswati ^{a,1*}, Aulia Putri Utami ^{b,2*}

^a Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl Tata Bumi No 3, Sleman, Indonesia 55293

^b Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl Tata Bumi No 3, Sleman, Indonesia 55293

¹trisiswati14@gmail.com, ²auliaputri1912@gmail.com

*korespondensi penulis

Informasi artikel	ABSTRAK
Sejarah artikel: Diterima : 26 Februari 2021 Revisi : 27 Maret 2021 Dipublikasikan : 31 Maret 2021	Salah satu faktor penyebab stunting pada balita adalah pemberian MP-ASI dini sehingga ASI eksklusif tidak tercapai. Penyuluhan kesehatan merupakan suatu cara peningkatan pengetahuan masyarakat tentang ASI eksklusif. Kegiatan ini merupakan pengabdian masyarakat yang dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi melalui virtual meeting dengan google meet dan grup whatsapp. Partisipan adalah ibu hamil dan kader sebanyak 14 orang di Desa Wirokerten, Banguntapan, Bantul. Keberhasilan program diukur dari kehadiran peserta minimal 80%, peningkatan pengetahuan serta diskusi yang berlangsung secara interaktif. Kegiatan dilakukan selama 2 minggu. Secara keseluruhan, kegiatan penyuluhan ini berhasil dengan kehadiran partisipan 100%, peningkatan pengetahuan ibu hamil sebesar 17%, serta diskusi yang interaktif. Penyuluhan secara virtual ini dapat menjadi salah satu cara untuk memberikan edukasi kepada masyarakat di era pandemic Covid-19.
Kata kunci: Penyuluhan; pemberdayaan perempuan; pengetahuan; ASI Eksklusif; Stunting	ABSTRACT <i>Early supplementary breastfeeding was cause of stunting. Health education was strategy to increase knowledge skills on exclusive breastfeeding. This was community empowerment to increase mother's and community health worker's understanding on exclusive breastfeeding. We facilitate online education by google meet and maintaining their knowledge by WhatsApp groups. Participants were 14 persons (mothers and cadres) in Wirokerten Village, Banguntapan, Bantul, DI Yogyakarta. The indicator output was participant attendance (minimum 80%), increasing of knowledge and interactive online discussions. This was conducted in January 2021 for two weeks. Overall, all of participant were attended (100%), discussion interacted, and knowledge increased by 17%. Online education is effective strategy to increase knowledge participants on exclusive breastfeed during COVID-19 pandemic.</i>
Keyword: Literation; women empowerment; knowledge; exclusive breast feeding; stunting	

This is an open access article under the CC-BY-SA license.



Pendahuluan

ASI (Air Susu Ibu) merupakan air susu yang dihasilkan ibu dan mengandung zat gizi yang diperlukan bayi untuk memenuhi kebutuhan dan perkembangannya. ASI merupakan makanan yang ideal untuk bayi, karena ASI mengandung semua zat gizi untuk membangun dan menyediakan energi dalam susunan yang diperlukan(1). Bayi usia 0-6 bulan hanya diberi ASI saja, tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, air jeruk, madu, air teh, air putih dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi dan tim (2). Untuk usia 0-6 bulan, kebutuhan bayi dapat tercukupi melalui Air susu Ibu (ASI) eksklusif(3).

Pemberdayaan masyarakat pada program ASI eksklusif ini adalah hal yang sangat penting untuk mencapai kesejahteraan hidup bagi bayi(4). Upaya pemberdayaan masyarakat membutuhkan edukasi sehingga mereka dapat berperan sesuai dengan ketentuan kesehatan yang benar. Edukasi dapat dilakukan melalui penyuluhan, yaitu suatu kegiatan pendidikan

yang dilaksanakan dengan cara menyebarkan informasi, pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat sadar, tahu dan mengerti, serta mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan serta diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan sikap(5).

Berdasarkan data Posyandu Desa Wirokerten bulan Februari tahun 2020 masih terdapat masalah stunting balita meskipun jumlahnya tidak banyak (5,5%). Menurut UNICEF, salah satu faktor penyebab stunting pada balita adalah asupan makanan yang tidak seimbang, termasuk pemberian ASI eksklusif(6). Beberapa hasil penelitian juga menyatakan bahwa ada hubungan antara pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita, seperti penelitian di Meksiko (7), Indonesia(8), dan Malawi(9). Kegiatan ini bertujuan memberikan edukasi melalui online sebagai suatu strategi untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat utamanya partisipan tentang ASI eksklusif.

Metode

Intervensi yang dilakukan adalah dengan cara penyuluhan mengenai ASI Eksklusif kepada ibu hamil di Desa Wirokerten, Bantul, Yogyakarta. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan secara *virtual* melalui aplikasi *Google Meet* dan *WhatsApp*. Penyuluhan ini dilakukan selama 1 hari dan di *follow up* hingga 2 minggu, pada bulan Januari 2021. Partisipan adalah 14 orang ibu hamil dan kader di Desa Wirokerten. Sebagai tolok ukur keberhasilan kegiatan penyuluhan ini adalah dengan kehadiran partisipan jalannya diskusi yang interaktif saat penyuluhan dan peningkatan pengetahuan partisipan mengenai ASI Eksklusif.

Tabel 1. Indikator keberhasilan kegiatan

Kegiatan	Indikator keberhasilan
Kehadiran partisipan dalam virtual meeting	80% partisipan hadir
Diskusi interaktif	Terlaksananya diskusi interaktif dan partisipan mengajukan pertanyaan
Penyuluhan	Pemahaman materi penyuluhan dengan peningkatan hasil pre-post test

Adapun tahapan kegiatan meliputi persiapan, pelaksanaan dan evaluasi kegiatan, secara detail pada Tabel 2.

Tabel 2. Tahapan kegiatan

Tahap	Waktu	Kegiatan
Persiapan	22 - 25 Januari 2021	Rekrutmen partisipan
	25 Januari 2021	Penyusunan materi penyuluhan
	26 Januari 2021	Penyusunan soal pre-post test Membuat grup wa Mensosialisasikan link pertemuan
Pelaksanaan	27 Januari 2021	Pre-test
		Pelaksanaan Penyuluhan
		Diskusi
		Post-test
<i>Follow up</i>	2 minggu	Evaluasi Kegiatan <i>Follow up</i> melalui grup WA

Tahap rekrutmen partisipan dilakukan pada tanggal 22 – 25 Januari 2021, sebanyak 14 orang terdiri dari ibu hamil dan kader Desa Wirokerten lalu membentuk grup *WhatsApp* untuk menyebarkan informasi terkait kegiatan penyuluhan mengenai ASI Eksklusif. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 27 Januari 2021, meliputi pre-test yang dibagikan melalui grup *WhatsApp* dan diberikan waktu pengerjaan pada pagi hari jam 08.00 – 09.00 sebelum kegiatan penyuluhan dilakukan. Selanjutnya dilanjutkan dengan kegiatan penyuluhan mengenai ASI eksklusif melalui aplikasi *Google Meet*. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan pemaparan materi menggunakan presentasi powerpoint (ceramah), dilanjutkan

dengan diskusi dan tanya jawab. Materi meliputi pengertian, komposisi, manfaat, penyimpanan, perbandingan ASI dan susu formula serta makanan yang dapat memperlancar produksi ASI. Post-test dilakukan 1 minggu setelah penyuluhan. Selama 1 minggu dilakukan diskusi melalui grup whatapps Tahap ketiga yaitu evaluasi keberhasilan kegiatan. Target keberhasilan kegiatan diukur dari kehadiran, antusiasme partisipan dan peningkatan pengetahuan melalui pre-post-test.

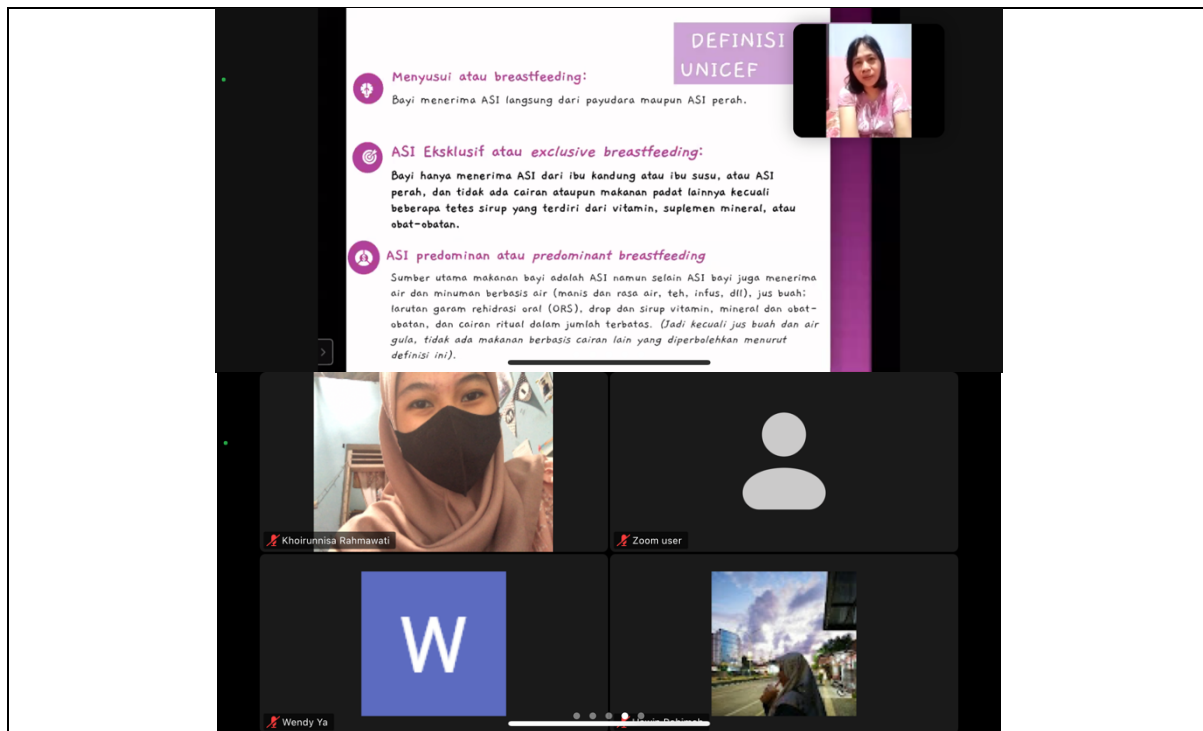
Tabel 3. Keberhasilan Program

Kegiatan	Indikator keberhasilan	Capaian
Kehadiran partisipan dalam virtual meeting	80% partisipan hadir	100%
Diskusi interaktif	Terlaksananya diskusi interaktif dan partisipan mengajukan pertanyaan	Terlaksana dengan interaktif
Penyuluhan	Pemahaman materi penyuluhan dengan peningkatan hasil pre-post test	Terdapat peningkatan pengetahuan 20%

Hasil dan Pembahasan

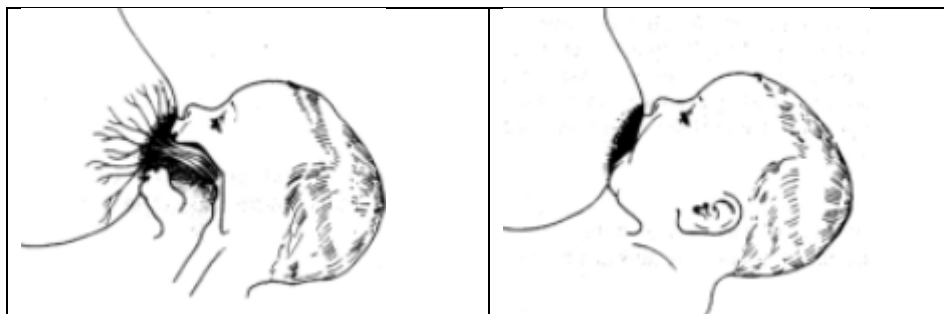
Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan serangkaian dengan praktik kerja lapangan program gizi masyarakat di Desa Wirokerten, Banguntapan, Bantul, DI Yogyakarta sebagai mitra. Tipikal masyarakat Desa Wirokerten adalah masyarakat perkotaan(10) sehingga masyarakat dapat menerima edukasi melalui *online*. Pasa masa pandemic COVID-19, edukasi secara *online* merupakan salah satu cara untuk memberikan fasilitas kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan termasuk pengetahuan tentang ASI. Selain itu online edukasi dinilai efektif karena dapat menyasar pada kalayak yang luas, hemat waktu dan biaya(11).

Interaksi antara partisipan dan edukator pada kegiatan ini berjalan lancar dan 2 arah, artinya ada komunikasi yang terbangun antara pebelajar dan narasumber tentang sesuatu hal, dalam hal ini adalah tentang ASI. Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, edukasi online dapat meningkatkan pengetahuan participant sebesar 17%. Keberhasilan kegiatan edukasi *online* seperti ini juga dilakukan di daerah Gunung Kidul, dengan keberhasilan peningkatan pengetahuan partisipan (ibu balita dan kader) tentang kesehatan balita dan stunting sebesar 32%(12). Untuk menjaga pengetahuan yang ibu balita dan kader tentang ASI serta wahana diskusi, maka dilakukan diskusi interaktif dan pembagian materi berupa *power point* presentasi dan e-leaflet melalui grup *whats-app*. Adapun proses kegiatan edukasi online seperti pada Gambar 1.



Gambar 1. Edukasi online tentang ASI

Pada diskusi melalui whatapps grup, beberapa pertanyaan atau diskusi yang muncul adalah tentang posisi menyusui yang benar, makanan yang mendukung produksi ASI, mengatasi sakit atau bengkak payudara pada masa menyusui, serta mengendalikan rasa cemas dan tidak percaya diri saat menyusui. Masalah ini merupakan masalah penting untuk menjaga keberhasilan ASI eksklusif dan pemberian ASI hingga 2 tahun. Secara teoritis posisi menyusui sangat mempengaruhi keberhasilan memberikan ASI, dimana posisi yang benar adalah dagu si bayi menyentuh payudara ibu, seperti pada Gambar 2.



Gambar 2. Posisi menyusui yang benar.

Sementara itu beberapa bahan makanan yang mendukung produksi ASI adalah semua unsur protein hewani, kacang-kacangan, sayur, buah, karbohidrat dengan komposisi yang seimbang(13,14). Sedangkan porsi menu ibu menyusui perlu ditambah energy 330-400 kkal, protein 15-20 gram air 650-800 ml serta semua kebutuhan vitamin dan mineral meningkat(15). Masalah mastitis laktasi sering ditemui pada ibu menyusui, masalah ini merupakan suatu infeksi pada satu atau lebih saluran payudara. Kompres hangat dingin secara bergantian merupakan upaya yang dapat memperlancar ASI sehingga perlahan rasa sakit berkurang dan ibu dapat memberikan ASI kepada bayinya dengan nyaman(16). Rasa tidak percaya diri pada ibu menyusui dapat diatasi dengan memberikan dukungan sosial untuk meningkatkan percaya diri ibu, memberikan ketrampilan kepada ibu tentang pemberian ASI dan perkembangan bayi serta mempererat bonding antara bayi dan ibu setiap waktu(17).

Kesimpulan

Edukasi ASI kepada ibu hamil dan kader secara online dapat menjadi salah satu cara untuk memberikan edukasi kepada masyarakat di era pandemic COVID-19 secara efektif .

Daftar Pustaka

1. Ballard O, Morrow AL. Human Milk Composition: Nutrients and Bioactive Factors. *Pediatr Clin North Am.* 2013;60(1):49–74.
2. Mufdlilah. *Buku Pedoman Pemberdayaan Ibu Menyusui pada Program ASI Eksklusif.* Yogyakarta; 2017.
3. Hunegnaw MT, Gezie LD, Teferra AS. Exclusive breastfeeding and associated factors among mothers in Gozamin district, northwest Ethiopia: A community based cross-sectional study. *Int Breastfeed J.* 2017;12(1):1–8.
4. Hadisyatmana S, Has EMM, Sebayang SK, Efendi F, Astutik E, Kuswanto H, et al. Women's Empowerment and Determinants of Early Initiation of Breastfeeding: A Scoping Review. *J Pediatr Nurs.* 2021;56:e77–92.
5. Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan.* Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
6. Bellamy C (UNICEF). *The State of the World'S Children 1998.* 1998.
7. Campos AP, Vilar-Compte M, Hawkins SS. Association Between Breastfeeding and Child Overweight in Mexico. *Food Nutr Bull.* 2021;42(3):414–26.
8. Hadi H, Fatimatasari F, Irwanti W, Kusuma C, Alfiana RD, Ischaq Nabil Asshiddiqi M, et al. Exclusive breastfeeding protects young children from stunting in a low-income population: A study from eastern indonesia. *Nutrients.* 2021;13(12):1–14.
9. Kuchenbecker J, Jordan I, Reinbott A, Herrmann J, Jeremias T, Kennedy G, et al. Exclusive breastfeeding and its effect on growth of malawian infants: Results from a cross-sectional study. *Paediatr Int Child Health.* 2015;35(1):14–23.
10. Badan Pusat Statistik. *Klasifikasi Perkotaan dan Perdesaan di Indonesia.* Badan Pus Satisistik Repub Indones. 2010;13.
11. Camargo CP, Tempski PZ, Busnardo FF, Martins M de A, Gemperli R. Online learning and COVID-19: a meta-synthesis analysis. *Clin Sao Paulo Braz.* 2020;75:e2286.
12. Siswati T, Endah Widyawati H, Khoirunissa S, Subaris Kasjono H, Studi Gizi P, Studi Sanitasi P, et al. Literasi Stunting pada Masa Pandemi Covid-19 untuk Ibu Balita dan Kader Posyandu Desa Umbulrejo Kapanewon Ponjong Kabupaten Gunung Kidul. *J ABDINUS J Pengabdian Nasant.* 2021;4(2):407–16.
13. Karaçam Z, Sağlık M. Breastfeeding problems and interventions performed on problems: Systematic review based on studies made in Turkey. *Turk Pediatri Arsivi.* 2018;53(3):134–48.
14. Sirajuddin, Sirajuddin S, Razak A, Ansariadi, Thaha RM, Sudargo T. The intervention of maternal nutrition literacy has the potential to prevent childhood stunting: Randomized control trials. *J Public Health Res.* 2021;10(2):365–9.

-
15. RI P. PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 28 TAHUN 2019 TENTANG ANGKA KECUKUPAN GIZI YANG DIANJURKAN UNTUK MASYARAKAT INDONESIA. 2019.
 16. Arora S, Vatsa M, Dadhwal V. Cabbage leaves vs hot and cold compresses in the treatment of breast engorgement. *Nurs J India*. 2009;100(3):52–4.
 17. Jesberger C, Chertok IA, Wessells A SC. Maternal Self-Confidence and Breastfeeding after Participating in a Program about Infant Prone Positioning. *MCN Am J Matern Child Nurs*. 2021;46(4):205–1011.