

Pendidikan Kesehatan Tentang ASI Eksklusif Bagi Ibu Bekerja Di Desa Sigumuru

Lola Pebrianthy¹, Ns. Adi Antoni, M.Kep²

¹Departement Kebidanan, Universitas Aufa Royhan Kota Padangsidempuan

²Departemen Keperawatam, Universitas Aufa Royhan Kota Padangsidempuan
(lolapebrianthy@gmail.com/085270272600)

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding according to the World Health Organization (WHO) is giving only breast milk without giving other food and drinks to babies from birth to 6 months old, except medicine and vitamins. But that does not mean that exclusive breastfeeding is stopped, but it is still given to the baby until the baby is 2 years old. For working mothers, exclusive breastfeeding is not easy, many factors can hinder exclusive breastfeeding for working mothers, including: the perception that breastfeeding is not enough, lack of knowledge of mothers about lactation management at work, facilities that are not conducive to breastfeeding and expressing breast milk and there is no support from the leadership. This health education activity about exclusive breastfeeding for working mothers aims to increase the knowledge of breastfeeding mothers about how to provide exclusive breastfeeding even when they are at work, because many mothers do not give exclusive breastfeeding to their babies on the grounds that they are working or their leave from work has expired. Exclusive breastfeeding can still be given even though the mother is working, many methods of expressing breast milk, storing breast milk and giving breast milk can be done, so that babies do not have to consume formula milk or other complementary foods before they are 6 months old. This community service is carried out by providing information about what exclusive breastfeeding is and how to provide breastfeeding to babies who are left at home with their caregivers while the mother is working with a total of 12 participants. The results of the evaluation during the activity process showed that almost all participants understood and knew how to provide exclusive breastfeeding even though the mother was working. With this health education, it is hoped that it can increase the knowledge of working mothers about exclusive breastfeeding so that the achievement of exclusive breastfeeding can increase.

Keywords : *Exclusive Breastfeeding, Working Mother*

ABSTRAK

ASI eksklusif menurut World Health Organization (WHO) yaitu memberikan hanya ASI saja tanpa memberikan makanan dan minuman lain kepada bayi sejak lahir sampai berumur 6 bulan, kecuali obat dan vitamin. Namun bukan berarti setelah pemberian ASI eksklusif pemberian ASI eksklusif dihentikan, akan tetapi tetap diberikan kepada bayi sampai bayi berusia 2 tahun. Bagi ibu bekerja, memberikan ASI Eksklusif bukanlah hal yang mudah, banyak faktor yang dapat menghambat pemberian ASI Eksklusif pada ibu bekerja antara lain : persepsi bahwa ASI tidak cukup, kurangnya pengetahuan ibu tentang manajemen laktasi saat bekerja, fasilitas yang tidak kondusif untuk menyusui dan memerah ASI dan tidak ada nya dukungan dari pimpinan. Kegiatan pendidikan kesehatan tentang ASI Eksklusif bagi ibu bekerja ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu menyusui tentang cara memberikan ASI Eksklusif walaupun sedang dalam keadaan bekerja, karena banyak nya ibu yang tidak memberika ASI Eksklusif pada bayi nya dengan alasan sedang bekerja atau cuti bekerja telah habis. ASI Eksklusif tetap dapat diberikan walaupun ibu sedang dalam keadaan bekerja, banyak metode perah ASI, penyimpanan ASI dan pemebrian ASI yang dapat dilakukan, sehingga bayi tidak harus mengkonsumsi susu formula ataupun makanan tambahan lainnya sebelum berusia 6 bulan. Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan cara memberikan informasi tentang apa itu ASI Eksklusif dan bagaimana cara pemberian ASI pada bayi yang ditinggalkan di rumah bersama pengasuhnya di saat ibu sedang bekerja dengan jumlah peserta sebanyak 12 orang. Hasil evaluasi selama proses kegiatan berlangsung didapatkan hampir seluruh peserta telah paham dan tahu bagaimana cara memberikan ASI Eksklusif walaupun ibu sedang bekerja. Dengan adanya pendidikan kesehatan ini, diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan ibu bekerja tentang ASI Eksklusif sehingga capaian ASI Eksklusif dapat meningkat.

Kata kunci : ASI Eksklusif, Ibu Bekerja

1. PENDAHULUAN

ASI eksklusif menurut World Health Organization (WHO, 2018) yaitu memberikan hanya ASI saja tanpa memberikan makanan dan minuman lain kepada bayi sejak lahir sampai berumur 6 bulan, kecuali obat dan vitamin. Namun bukan berarti setelah pemberian ASI eksklusif pemberian ASI eksklusif pemberian ASI dihentikan, akan tetapi tetap diberikan kepada bayi sampai bayi berusia 2 tahun.

Pemerintah menargetkan cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar 80%, namun target ini belum tercapai. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2013, hanya 30,2% bayi usia 6 bulan yang diberi ASI saja dalam 24 jam terakhir dan tidak diberi makanan pralakteal (1). Rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif menunjukkan bahwa tidak banyak ibu yang berhasil memberikan ASI eksklusif (Kemenkes RI, 2018)

Bagi ibu bekerja, memberikan ASI Eksklusif bukanlah hal yang mudah, banyak faktor yang dapat menghambat pemberian ASI Eksklusif pada ibu bekerja antara lain : persepsi bahwa ASI tidak cukup, kurangnya pengetahuan ibu tentang manajemen laktasi saat bekerja, fasilitas yang tidak kondusif untuk menyusui dan memerah ASI dan tidak ada nya dukungan dari pimpinan (Basrowi, 2018).

Seorang ibu bekerja akan berhasil memberikan ASI eksklusif bila memiliki intensi, keterampilan manajemen laktasi, dan sedikit hambatan lingkungan (9). Intensi ibu untuk memberikan ASI saat prenatal berhubungan erat dengan durasi pemberian ASI (10). Berdasarkan hasil penelitian hanya 32,4% ibu yang memiliki intensi atau niat menyusui eksklusif berhasil mewujudkannya (11). Hal ini disebabkan oleh adanya hambatan yang tidak dapat diantisipasi serta kurangnya keterampilan yang dimiliki ibu. Keterampilan manajemen laktasi diperlukan oleh ibu bekerja untuk mengatur aktivitas menyusui dan pekerjaan (Perrina, 2012)

Adapun tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu bekerja tentang ASI Eksklusif.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini berupa metode pendidikan kesehatan. Panitia pelaksana terdiri dari : ketua tim dan anggota yang berasal dari dosen dan

mahasiswa Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan.

Diawali dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang ASI Eksklusif, kemudian solusi tentang pemberian ASI Eksklusif bagi ibu bekerja. Kegiatan ini dilakukan di Kota Desa Sigumuru pada tanggal 10 November Tahun 2022.

Pada saat pelaksanaan kegiatan, mitra berasal dari bidan Desa Sigumuru. Mereka juga turut serta mengikuti rangkaian kegiatan yang dilakukan dan aktif berperan sebagai mitra dalam kegiatan ini.

3 HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini bertujuan sebagai media dalam mengaplikasikan ilmu pengetahuan dari dosen dan mahasiswa kepada ibu menyusui yang ada di Kota Padangsidimpuan, bahwa Ibu bekerja masih tetap bisa memberikan ASI Eksklusif bagi anaknya walaupun sedang bekerja dan tidak sedang berada di rumah serta sebagai bentuk tri darma perguruan tinggi bagi dosen di Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan.

Adapun kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 10 November 2022, pada pukul (10.00-12.00) WIB di Kota Padangsidimpuan. Yang berperan dalam penyuluhan ini yaitu Ketua (Lola Pebrianthy, SST, M.Keb), Sekretaris (Ns. Adi Antoni, M.Kep), Anggota (Nova dan Nur Aliyah).

Kegiatan dimulai dengan pembukaan oleh protokol, kemudian kata sambutan dari yang mewakili Kepala Desa, dan dilanjutkan dengan pemberian materi tentang cara pemberian ASI Eksklusif bagi ibu bekerja. Pada saat kegiatan berlangsung, para peserta terlihat sangat antusias dan memperhatikan dengan baik. Para peserta juga tidak segan-segan untuk bertanya tentang dalam kegiatan tersebut.

Jumlah peserta pada kegiatan ini sebanyak 12 orang yang terdiri dari ibu-ibu menyusui dan banyak ibu yang juga membawa anaknya. Hasil evaluasi selama proses kegiatan berlangsung didapatkan hampir seluruh peserta telah paham dan tahu bagaimana cara pemberian ASI walaupun ibu sedang bekerja.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan berjalan dengan baik. Semua ibu menyusui yang hadir tampak antusias dalam

mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan ini. Para ibu menyusui juga sudah mengetahui cara agar tetap bias memberikan ASI Eksklusif walaupun sedang bekerja. Disarankan agar seluruh ibu menyusui yang bekerja agar tetap memberikan ASI pada anaknya agar program ASI eksklusif dapat tercapai.

5. REFERENSI

1. Basrowi R. Pemberian ASI eksklusif pada perempuan pekerja sektor formal [Tesis] Magister Kedokteran Kerja Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia; 2018
2. Kemenkes. Riset kesehatan dasar 2013. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI; 2018
3. World Health Organization. Global strategy for infant and young child feeding. Geneva: WHO,UNICEF; 2018.
4. Perrine CG, Scanlon KS, Li R, Odom E, Laurence M, Strawn G. Baby-friendly hospital practices and meeting exclusive breastfeeding intention. Pediatrics 2012; 130(1):1-7.



6. DOKUMENTASI PELAKSANAAN

