

SOSIALISASI KESEHATAN DAN ASI EKSKLUSIF BAGI IBU DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS KEBUN SIKOLOS KECAMATAN PADANG PANJANG BARAT KOTA PADANG PANJANG

Syafrawati^{*)}, Annisa Afritika, dan Nadya Vebrielna
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas

^{*)} Email Koresponden: Syafrawati@ph.unand.ac.id

ABSTRAK

ASI Eksklusif diberikan kepada bayi dari umur 0 – 6 bulan tanpa makanan tambahan. Data Dinas Kesehatan Kota Padang Panjang menunjukkan cakupan pemberian ASI Eksklusif tahun 2012 sebesar 45%. Jumlah ini belum sesuai dengan target RPJMD (2010-2014) sebesar 65%. Puskesmas Kebun Sikolos terletak di Kecamatan Padang Panjang Barat. Salah satu masalah pada program Gizi dan KIA di Puskesmas ini adalah rendahnya capaian ASI Eksklusif yaitu 14,9%. Terdapat faktor yang menjadi kendala dalam meningkatkan capaian ASI Eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos, seperti kurangnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang manfaat pemberian ASI Eksklusif, terdapat ibu yang berpendapat apabila memberikan ASI Eksklusif akan merubah bentuk payudara, dan faktor sosial budaya yang mengatakan bayi tidak kenyang jika hanya mengkonsumsi ASI. Oleh karena itu, perlu dilakukan promosi kesehatan terkait ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Sikolos. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi sehingga dapat meningkatkan capaian cakupan ASI eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Sikolos. Kegiatan dilakukan dengan metode promosi kesehatan berupa penyuluhan mengenai ASI Eksklusif, serta pembuatan media promosi kesehatan berupa poster, leaflet, dan pojok laktasi. Setelah dilakukan penyuluhan terdapat peningkatan signifikan terhadap pengetahuan ibu hamil dan ibu menyusui tentang ASI Eksklusif dari 60% menjadi 100%. Disarankan perlunya peningkatan penyuluhan dalam forum kelas Ibu tentang ASI Eksklusif, perawatan payudara selama kehamilan, dan nutrisi gizi yang cukup pada ibu menyusui agar produksi ASI terpenuhi.

Kata Kunci: *peningkatan, cakupan, ASI Eksklusif*

Efforts to Increase Exclusive Breastfeeding Coverage In the Work Area of Kebun Sikolos Health Center Padang Panjang In 2013

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding is given to infants from 0-6 months without additional food. Data from Padang Panjang City Health Office shows that the coverage of exclusive breastfeeding in 2012 was 45%. This amount is not in accordance with RPJMD target (2010-2014) of 65%. Sikolos Garden Health Center is located in West Padang Panjang. One of problems with the Nutrition and MCH program is the low achievement of exclusive breastfeeding, which is 14.9%. There are factors that become obstacles in increasing the achievement of exclusive breastfeeding, such as the lack of knowledge and public awareness about the benefits of exclusive breastfeeding, there are mothers who think that exclusive breastfeeding will change the shape of breast, and socio-cultural factors that say babies do not full if only consume breast milk. Therefore, it is necessary to make efforts to increase the achievement of exclusive breastfeeding coverage in the Working Area of Kebun Sikolos Health Center. The purpose of this activity is to increase mother's knowledge about the importance of exclusive breastfeeding for babies so that they can increase the achievement of exclusive breastfeeding coverage in the Work Area of the Kebun Sikolos Health Center. The activity was carried out using health promotion methods in the form of counseling about exclusive breastfeeding, as well as making health promotion media in the form of posters, leaflets, and lactation corners. After counseling, there was a significant increase in the knowledge of pregnant women and breastfeeding mothers about exclusive breastfeeding. Based on the results of pre-test (60%) and post-test (100%). It is suggested the need for increased counseling in Mother's class forums about

exclusive breastfeeding, breast care during pregnancy, and adequate nutrition for breastfeeding mothers so that breast milk production is met.

Keywords: *increase, coverage, exclusive breastfeeding*

PENDAHULUAN

Resolusi World Health Assembly (WHA) No. 55.25 tahun 2002 tentang Global Strategy on Infant and Young Child Feeding merekomendasikan pola makan terbaik untuk bayi dan anak sampai usia 2 (dua) tahun, yaitu: 1) inisiasi menyusui dini dalam 30 sampai 60 menit setelah bayi lahir; 2) memberikan ASI secara eksklusif kepada bayi sejak lahir sampai usia 6 bulan; 3) mulai memberikan makanan pendamping ASI sejak bayi berusia 6 bulan; 4) meneruskan pemberian ASI sampai anak berusia 2 tahun atau lebih (Yuliarti, 2010).

ASI Eksklusif adalah suatu keadaan dimana hanya memberikan ASI saja dari umur 0 sampai umur 6 bulan tanpa memberikan makanan tambahan (Kepmenkes, 2004) ASI Eksklusif sangat berpengaruh bagi kesehatan bayi karena ASI mengandung zat gizi yang dibutuhkan bayi, mudah dicerna dan dapat melindungi bayi dari infeksi. Selain itu menyusui juga bermanfaat untuk membantu ibu dan bayi dalam mengembangkan hubungan kasih sayang yang erat (*bonding*), membantu menunda kehamilan, mencegah pendarahan dan membantu rahim kembali ke posisi semula bagi ibu (Yuliarti, 2010).

Angka capaian target ASI nasional adalah 80%, sedangkan di Sumatera Barat angka tersebut adalah 71% di bawah dari angka capaian angka nasional, ini menurut data yang diperoleh dari Kementerian Kesehatan RI tahun 2012, sedangkan data menurut Riset Kesehatan Dasar tahun 2010 menyebutkan, bayi yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia hingga umur 6 bulan baru 15,3 % ini masih jauh dari target nasional yaitu 80 % (Depkes RI, 2004).

Data Dinas Kesehatan Kota Padang Panjang, menunjukkan cakupan pemberian ASI Eksklusif tahun 2012 sebesar 45%. Jumlah ini belum sesuai dengan target yang tercantum dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah (RPJMD) 2010-2014 yaitu sebesar 65 % bayi mendapatkan ASI Eksklusif (Dinkes Padang Panjang, 2012).

UPTD Puskesmas Kebun Sikolos terletak di Kecamatan Padang Panjang Barat. Berdasarkan data yang diperoleh dari laporan tahunan program Gizi dan KIA UPTD Puskesmas Kebun Sikolos pada tahun 2012, salah satu masalah pada program Gizi dan KIA adalah rendahnya capaian ASI Eksklusif yaitu hanya 14,9% (Kemenkes RI, 2012). Berdasarkan data yang ada diketahui bahwa cakupan ASI Eksklusif di Puskesmas Kebun Sikolos masih jauh dari target Dinas Kesehatan Kota Padang Panjang.

Ada beberapa faktor yang menjadi kendala dalam meningkatkan capaian ASI Eksklusif di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kebun Sikolos, seperti kurangnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang manfaat pemberian ASI Eksklusif, masih adanya ibu yang berpendapat apabila memberikan ASI Eksklusif akan merubah bentuk payudara ibu, dan faktor sosial budaya yang mengatakan bayi tidak kenyang hanya mengonsumsi ASI saja.

Mengingat pentingnya peran pemberian ASI Eksklusif bagi kesehatan bayi, oleh karena itu, diperlukan upaya-upaya untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif di daerah tersebut. Berdasarkan faktor-faktor yang telah dijabarkan maka langkah yang

dapat dilakukan dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif terhadap bayi dan menghilangkan pendapat-pendapat yang salah tentang ASI Eksklusif adalah melakukan promosi kesehatan tentang ASI Eksklusif Bagi Ibu sehingga dapat meningkatkan capaian cakupan ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang.

METODOLOGI

Kegiatan ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos. Kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah (menyampaikan materi yang telah disiapkan) mengenai ASI Eksklusif, yang disertai dengan meliputi *pre-test* dan *post-test*, serta dibantu dengan lembar peraga ataupun simulasi. Selain itu juga dilakukan pembuatan pojok laktasi dengan menata ulang salah satu ruangan yang ada di Puskesmas Kebun Sikolos. Kegiatan ini juga berkolaborasi dengan kegiatan Pengalaman Belajar Lapangan (PBL) mahasiswa FKM Unand periode 2012/2013 yang ditempatkan di Puskesmas Kebun Sikolos. Sasaran kegiatan adalah ibu hamil dan ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini diawali dengan melakukan Melakukan koordinasi dengan pimpinan UPTD Puskesmas Kebun Sikolos dan pemegang program pada hari Senin tanggal 28 Januari 2013 bertempat di UPTD Puskesmas Kebun Sikolos. Kemudian diperoleh kesepakatan untuk mengadakan kegiatan penyuluhan terhadap seluruh ibu hamil dan ibu menyusui di Kelurahan Kampung Manggis. Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan informasi-informasi pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan serta terjadi peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan sikap, dengan tujuan tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara kesehatan, berperan aktif mewujudkan kesehatan yang optimal sesuai hidup sehat baik fisik, mental dan sosial (Notoatmodjo, 2012).

Dalam konsep pendidikan kesehatan penyampaian informasi dalam penyuluhan merupakan faktor sangat penting, dapat berorientasi kearah perubahan pengetahuan seseorang (Maulana, 2009). Penyuluhan yang diberikan mengenai cara pemberian dan manfaat pemberian ASI Eksklusif dengan jumlah peserta penyuluhan yang hadir adalah 20 orang. Sebelum acara penyuluhan dimulai, dilakukan *pretest* kepada peserta penyuluhan dimana peserta menjawab 20 pertanyaan yang ada pada lembaran soal *pretest* yang diberikan. *Pre-test* diberikan sebelum penyuluhan dan bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan responden tentang materi yang akan diberikan, Fungsi *pre-test* untuk melihat efektivitas penyuluhan (Damayanti, 2017).

Kegiatan ini berlangsung selama 5 menit. Hal ini dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar. 1 Kegiatan *Pretest* Sebelum Penyuluhan

Setelah itu dilanjutkan dengan kegiatan penyuluhan. Kegiatan penyuluhan dilakukan dalam bentuk ceramah di buka oleh moderator Menmi Saprita dan dilanjutkan dengan penyampaian materi penyuluhan oleh Martha Venny, adapun tema penyuluhan adalah tentang ASI Eksklusif dan teknik menyusui yang benar. Isi dari materi yang disampaikan adalah berupa pengertian ASI Eksklusif, cara pemberian ASI., manfaat ASI Eksklusif bagi ibu dan bayi, cara penyimpanan ASI, teknik menyusui yang benar.

Setelah penyampaian materi dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dimana peserta penyuluhan sangat antusias dengan materi yang diberikan, hal ini dapat dilihat dari pertanyaan yang diajukan oleh peserta seperti: Bagaimana caranya agar ASI cukup untuk Bayi, karena bayi sering menangis terus, apakah bisa memberikan bayi ASI eksklusif dengan payudara saya kecil?, bagaimana cara untuk tetap memberikan ASI Eksklusif jika Ibu bekerja?, salah satu penyebab kenapa tidak memberikan ASI Eksklusif kepada Bayi adalah karena bayi sering menangis, sehingga neneknya menyarankan untuk memberikan bubur, karena menurut dianggap bayi tidak kenyang, apakah begitu? lalu bagaimana cara mengatasi permasalahan tersebut

Semua pertanyaan yang diberikan dijawab oleh mahasiswa PBL, dan peserta pun puas dengan jawaban yang diberikan. Selain pertanyaan yang diajukan oleh peserta ada juga peserta berbagi pengalaman dalam memberikan ASI pada bayi mereka, dan memfasilitasi pengalaman yang disampaikan oleh peserta. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan selama 30 menit. Kegiatan penyuluhan ini dapat dilihat pada Gambar 2.



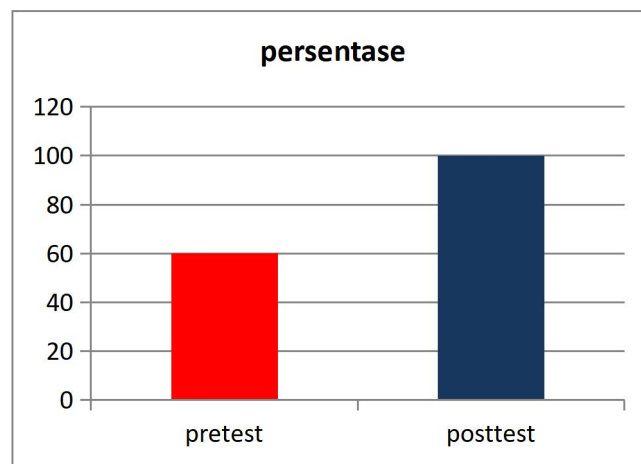
Gambar. 2 Kegiatan Penyuluhan

Setelah kegiatan penyuluhan berakhir dilanjutkan memberikan post-test kepada peserta dimana peserta menjawab kembali pertanyaan yang diberikan pada lembaran pretest. Post-test diberikan setelah pemberian materi penyuluhan dengan tujuan untuk mengetahui sampai dimana pemahaman responden terhadap materi penyuluhan setelah kegiatan dilaksanakan (Damayanti, 2017). Hal ini dapat dilihat pada Gambar 3.



Gambar. 3 Kegiatan *Post-Test* Setelah Penyuluhan

Hasil dari kegiatan penyuluhan ini adalah terjadinya peningkatan pengetahuan ibu hamil dan ibu menyusui tentang ASI Eksklusif, hal ini dilihat dari hasil *pre test* dan *post-test* dimana hasil dari pretest adalah 60% sedangkan hasil dari post-test adalah 100%, peningkatan yang terjadi sangat signifikan, hal ini dapat dilihat pada Grafik 1.



Grafik 1. Hasil *Pretest* dan *Post-test* Penyuluhan

Dalam penyuluhan ini tidak ada hambatan yang berarti, karena semua mahasiswa dan peserta ikut berpartisipasi demi kelancaran penyuluhan yang diadakan di kelurahan Kampung Manggis Kecamatan Padang Panjang Barat dan pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini sudah berjalan dengan baik dan lancar.

2. Pembuatan Media Promosi Kesehatan

Dalam kesuksesan sebuah promosi kesehatan, media promosi memegang peranan yang sangat penting dan dapat diartikan sebagai alat bantu yang turut

memperlancar komunikasi dan penyebaran informasi. Dalam Notoatmodjo 2007 berdasarkan penelitian para ahli, indra yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke dalam otak adalah mata. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa leaflet, poster, film power point merupakan media pendukung promosi kesehatan yang cukup baik digunakan (Fany, et al., 2014).

Dalam rangka peningkatan pencapaian ASI Eksklusif usia 0 sampai 6 bulan diwilayah kerja UPTD Puskesmas Kebun Sikolos maka juga dibuat Pojok Laktasi di Puskesmas Kebun Sikolos serta membuat poster dan leaflet tentang cara pemberian, manfaat dan cara penyimpanan ASI Eksklusif.

a. Poster ASI Eksklusif

Poster dibuat bertemakan tentang ASI Eksklusif yang dimana isi dari posternya adalah tentang cara pemberian ASI dan manfaat ASI Eksklusif. Poster dirancang oleh mahasiswa PBL. Setelah poster siap dirancang kemudian poster dicetak.



Gambar 4. Sebelum Intervensi Sesudah Intervensi pada Pojok Laktasi

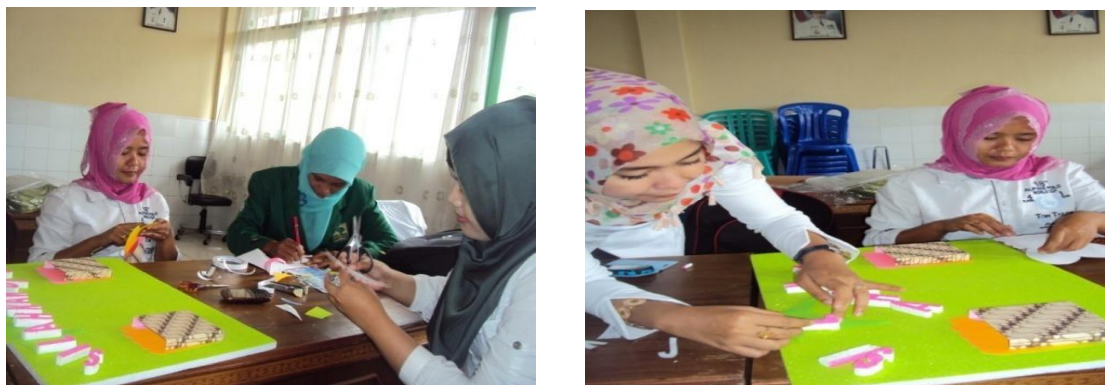
Untuk menyampaikan informasi agar menarik masyarakat luas maka promosi kesehatan dilakukan dengan menggunakan media. Media atau alat peraga dalam promosi kesehatan dapat diartikan sebagai alat bantu untuk promosi kesehatan yang dapat dilihat, didengar, diraba, disentuh atau dicium, untuk memperlancar komunikasi dan penyebaran informasi (Kholid, 2012). Poster di pasang pada ruangan Pojok Laktasi UPTD Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang. Dimana tujuan dari poster ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu menyusui akan pentingnya ASI Eksklusif bagi bayi. Kegiatan pemasangan poster berjalan dengan baik.

b. Leaflet (lampiran)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Meliyanti (2015) ditemukan bahwa Peningkatan pencapaian nilai rata-rata sikap responden pada kelompok perlakuan media leaflet lebih tinggi daripada kelompok media poster. Leaflet yang dikemas singkat, padat, menarik dan jelas juga dapat meningkatkan minat dari responden untuk membacanya.

Leaflet dirancang atau dibuat oleh mahasiswa PBL yang bertema ASI Eksklusif, dimana isi leaflet adalah pengertian ASI Eksklusif, teknik pemberian ASI, manfaat ASI dan cara penyimpanan ASI. Setelah leaflet siap dirancang kemudian dicetak dan diperbanyak untuk di pajang di ruang tunggu UPTD Puskesmas Kebun

Sikolos. Tujuan dari leaflet ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu menyusui akan pentingnya ASI Eksklusif. Sebelum leaflet dipajang juga dipersiapkan tempat atau kotak leaflet, yang dibuat oleh mahasiswa dengan kreasi sendiri. Seperti yang terlihat pada Gambar 5.



Gambar 5. Pembuatan Kotak leaflet

Kegiatan pemasangan atau pemajang leaflet berjalan dengan baik, hal ini dapat dilihat pada Gambar 6.



a. Sebelum Intervensi

b. Sesudah Intervensi

Gambar. 6 Kotak Leaflet

c. Pembuatan Pojok Laktasi

Pojok laktasi merupakan tempat untuk melakukan kegiatan menyusui, memerah, dan menyimpan ASI. Yang menjadi tujuan utama adanya pojok laktasi adalah melaksanakan ASI eksklusif dan memberikan hak bayi yaitu mendapatkan ASI segera setelah lahir sampai sebelum 6 bulan dengan eksklusif (Khotimah, Emilia, & Hakimi, 2014).

Pojok Laktasi dirancang oleh mahasiswa PBL yang bertempat di dalam ruangan PTM Puskesmas Kebun Sikolos. Pojok Laktasi dibuat bertujuan untuk menyediakan sarana atau ruangan menyusui bagi ibu menyusui yang berkunjung ke UPTD Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang. Pembuatan pojok laktasi berjalan dengan baik, hal ini dapat dilihat pada Gambar 7.



a. Sebelum Intervensi



b. Sesudah Intervensi

Gambar. 7 Pembuatan Pojok Laktasi

3. Monitoring dan Evaluasi

Semua kegiatan dapat dilakukan dengan baik, atas kerja sama antara mahasiswa, ibu hamil, ibu menyusui dan petugas Puskesmas. Rangkaian kegiatan penyuluhan dan pembinaan ini berjalan dengan lancar sesuai dengan perencanaan yang dibuat.

Telah terlaksananya penyuluhan tentang ASI Eksklusif di Kampung Teleng kelurahan Kampung Manggis wilayah kerja UPTD Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang, dihadiri 20 orang ibu hamil dan ibu menyusui yang diadakan di balai pemuda Kampung Teleng kelurahan Kampung Manggis. Telah terlaksananya pembuatan ruangan Pojok Laktasi bagi ibu menyusui di UPTD Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang. Selain itu pemajangan poster tentang ASI Eksklusif, serta pemajangan tempat leaflet dengan tema silahkan di baca (ASI Eksklusif) sudah dipasang di ruang Pojok Laktasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dalam rangka meningkatkan capaian cakupan ASI Eksklusif di Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang, telah dilakukan berbagai upaya intervensi untuk pemecahan masalah rendahnya ASI eksklusif tersebut, beberapa intervensi yang dilakukan yaitu melalui penyuluhan kepada Ibu hamil dan Ibu Menyusui yang mengikuti lanjutan kelas Ibu , pembuatan ruangan pojok laktasi, pengadaan leaflet tentang ASI Eksklusif dan poster tentang ASI Eksklusif. Disarankan perlunya peningkatan penyuluhan dan konseling dalam forum kelas Ibu tentang ASI Eksklusif dan menyusui kepada ibu hamil tentang perawatan payudara selama kehamilan dan nutrisi gizi yang cukup pada ibu menyusui agar produksi ASI terpenuhi.

DAFTAR PUSTAKA

Yuliarti, N. 2010. Keajaiban ASI, Makanan Terbaik untuk Kesehatan, Kecerdasan dan Kelincahan Si Kecil. Penerbit Andi, Yogyakarta.

- Depkes, RI. 2004. Kebijakan Dasar Puskesmas (Kep. Menkes No. 128 tahun 2004).
- Dinas Kesehatan Kota Padang Panjang. 2012. Profil Kesehatan Kota Padang Panjang tahun 2011. Padang Panjang.
- Kementerian Kesehatan RI. 2012. Profil Data Kesehatan Indonesia Tahun 2011.
- Notoatmodjo . 2012. Metode Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta, Jakarta.
- Maulana, H. 2009. Promosi Kesehatan. Penerbit Buku Kedokteran. PT. EGC, Jakarta
- Desmawati, D., Abdiana, A., Edison, E., Ananda, R. R., Moendano, P. P., Fadhilah, Z., & Putriani, M. I. 2021. Edukasi gizi pada ibu hamil di Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Kota Padang. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 4(2), 106-113.
- Damayanti, N. A., Pusparini, M., Djannatun, T., & Ferlianti, R. 2017. Metode Pre-Test dan Post-Test Sebagai Salah Satu Alat Ukur Keberhasilan Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Tentang Tuberkulosis Di Kelurahan Utan Panjang, Jakarta Pusat. Prosiding SNaPP: Kesehatan (Kedokteran, Kebidanan, Keperawatan, Farmasi, Psikologi), 3(1), 144-150
- Putu Fany, Y., I Ketut, A., & I Nyoman Gede, S. 2014. Efektivitas penggunaan media cetak dan media elektronika dalam promosi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap siswa SD.
- Kholid, A. 2014. Promosi Kesehatan Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media, dan Aplikasi untuk Mahasiswa dan Praktisi Kesehatan. Rajawali Pers, Jakarta
- Meliyanti, F. 2015. Efektivitas penggunaan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan remaja kelas VIII Tentang HIV/AIDS di SMP Negeri 2 Ogan Komering Ulu. *Jurnal Akademika Baiturrahim*, 4(2), 26-34.
- Menteri Kesehatan Republik Indonesia. 2010. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 450/MENKES/SK/IV/2004 tentang Pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara Eksklusif pada Bayi Indonesia Available from: URL HIPERLINK www.gizi.depkes.go.id/download/pekanasi-2010.pdf diunduh tanggal 25 Janua.
- Khotimah, K., Emilia, O., & Hakimi, M. 2014. Pemanfaatan pojok laktasi di puskesmas I Cilongok Kabupaten Banyumas. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 1(1).
- Femelia, W., & Purnakarya, I. 2020. Tanggulangi stunting: edukasi kesehatan pada ibu hamil, ibu menyusui dan ibu balita di Nagari Parit, Pasaman Barat. *Jurnal Warta Pengabdian Andalas*, 27(2), 87-94.