

**PENERAPAN PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG ASI EKSKLUSIF UNTUK
MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU MENYUSUI DI PUSKESMAS PURWOSARI**

**APPLICATION OF HEALTH EDUCATION ON EXCLUSIVE BREAST MILK TO
INCREASE KNOWLEDGE OF BREASTFEEDING MOTHERS IN PUSKESMAS
PURWOSARI**

Tutik Hajifah¹, Tri Kesumadewi², Immawati³,

^{1,2,3}Program DIII Keperawatan Akper Dharma Wacana Metro

Email: tutikhajifah759@gmail.com

ABSTRAK

ASI merupakan makanan yang telah disiapkan untuk calon bayi saat ibu mengalami kehamilan. Pemberian ASI pada bayi usia 0 – 1 tahun mempunyai arti sangat penting, terutama menyangkut pemenuhan kebutuhan zat gizi dan zat lain pembentuk kekebalan tubuh terhadap penyakit. Penyebab umum kegagalan pemberian ASI eksklusif adalah minimnya pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif dan menyusui, ibu bekerja, tidak ada dukungan dari keluarga, teknik menyusui yang tidak tepat dan mitos ASI encer tidak baik untuk bayi. Tujuan: mengetahui hasil tingkat pengetahuan ibu sebelum dan sesudah penerapan pendidikan kesehatan tentang ASI eksklusif. Metode: Penerapan ini menggunakan metode studi kasus dengan 2 subyek yang memiliki anak usia 0 – 6 bulan. Hasil: Kedua ibu memiliki tingkat pendidikan SMA dan pekerjaan ibu rumah tangga tetapi subyek 1 adalah seorang kader. Kedua subyek memiliki usia yang berbeda, subyek 1 berusia 34 tahun dan subyek 2 berusia 21 tahun. Tingkat pengetahuan ibu sebelum dilakukan penerapan pendidikan kesehatan tentang pemberian ASI eksklusif adalah pada subyek 1 dalam kategori sedang (71%) dan subyek 2 dalam kategori kurang (50 %). Tingkat pengetahuan setelah dilakukan penerapan pendidikan kesehatan kedua ibu meningkat. Subyek 1 meningkat menjadi baik (78%) dan subyek 2 meningkat menjadi sedang (71 %). Simpulan: pemberian pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan tentang ASI eksklusif bagi ibu menyusui.

Kata Kunci : Anak, *Axilla*, Demam, Kompres Hangat, Suhu Tubuh

ABSTRACT

Breast milk is food that has been prepared for the baby when the mother is pregnant. Breastfeeding for infants aged 0-1 years has a very important meaning, especially regarding the fulfillment of nutritional needs and other substances that form immunity to disease. Common causes of failure of exclusive breastfeeding are the lack of knowledge of mothers about exclusive breastfeeding and breastfeeding, working mothers, no support from the family, inappropriate breastfeeding techniques and the myth that diluted breast milk is not good for babies Objective: knowing the result of the level of knowlagde of mothers before and after implementation of exclusive breastfeeding health education. Method: using a case study design. The subjects of the application were 2 breastfeeding mothers who have children aged 0 – 6 mounths. Results: Both mothers have a high school education level and work as housewives but subject 1 is a cadre. The two subjects have different ages, subject 1 is 34 years old and subject 2 is 21 years old. The level of knowledge of mothers before implementing health education about exclusive breastfeeding was in subject 1 in the medium category (71%) and subject 2 the less category (57%). The level of knowledge after the implementation of health education for both mothers increased. Subject 1 increased to good (78%) and subject 2 increased to moderate (71%). Conclusion: The application of health education to mothers by the author is also able to increase the level of knowledge of mothers about exclusive breastfeeding. For mothers who are giving exclusive breastfeeding to their babies, they can apply exclusive breastfeeding in accordance with the implementation of the education provided

Keywords: Child, *Axilla*, Fever, Warm Compress, Body Temperature

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa, dan garam-garam anorganik yang disekresikan oleh kelenjar *mamae* ibu, yang berguna sebagai makanan bagi bayinya. ASI adalah cairan putih yang dihasilkan oleh kelenjar payudara ibu melalui proses menyusui. ASI merupakan makanan yang telah disiapkan untuk calon bayi saat ibu mengalami kehamilan. Selama kehamilan, payudara akan mengalami perubahan untuk menyiapkan produksi¹.

Menyusui merupakan investasi terbaik untuk kelangsungan hidup serta meningkatkan kesehatan, perkembangan sosial, ekonomi individu dan bangsa. Walaupun angka inisiasi menyusui secara global relatif tinggi, tapi hanya 40% dari semua bayi dibawah umur 6 bulan yang mendapatkan ASI (Air Susu Ibu) Eksklusif dan 45% yang mendapatkan ASI sampai usia 24 bulan².

Pemberian ASI pada bayi usia 0 – 1 tahun mempunyai arti sangat penting, terutama menyangkut pemenuhan kebutuhan zat gizi dan zat lain pembentuk kekebalan tubuh terhadap penyakit. Pemberian ASI secara eksklusif di usia 0 – 6 bulan dipandang sangat strategis karena pada usia tersebut kondisi bayi masih sangat labil dan rentan terhadap berbagai macam penyakit. Cakupan bayi secara nasional yang mendapatkan ASI eksklusif tahun 2019 yaitu sebesar 67,74 %. Cakupan ASI eksklusif propinsi Lampung tahun 2019 sebesar 69,46%², Cakupan ASI eksklusif Kota Metro tahun 2019 sebesar 78,7 %. Secara Nasional, di Propinsi Lampung dan Kota Metro,

cakupan ASI eksklusif sudah mencukupi/ melampaui target yaitu sebesar 50 %³.

ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi maka diharapkan para ibu dapat memberikan ASI eksklusif kepada bayinya tanpa terkecuali. Masalah utama adalah faktor sosial budaya, kurangnya pengetahuan ibu hamil serta jajaran kesehatan yang belum sepenuhnya mendukung peningkatan pemberian ASI (PP-ASI). Masalah ini diperparah dengan gencarnya promosi susu formula menjadi penyebab menurunnya jumlah bayi yang mendapatkan ASI eksklusif. Banyak ibu-ibu yang tidak percaya diri dari manfaat dan kandungan ASI akibat pengaruh iklan yang mengidealkan kandungan gizi dalam susu formula. Selain itu, penyebab umum kegagalan pemberian ASI eksklusif adalah minimnya pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif dan menyusui, ibu bekerja, tidak ada dukungan dari keluarga, teknik menyusui yang tidak tepat dan mitos ASI encer tidak baik untuk bayi⁴.

Bayi yang tidak diberi ASI dan diganti dengan susu formula, selain itu bayi tidak akan mendapatkan kekebalan serta akan kekurangan gizi. Manfaat pemberian ASI bagi ibu dapat mencegah perdarahan pasca persalinan, mempercepat involusi uterus, mengurangi risiko anemia, mengurangi risiko kanker ovarium dan payudara, memperkuat ikatan batin antara ibu dan bayi yang dilahirkan, mempercepat kembali ke berat badan semula dan sebagai salah satu metode KB sementara⁵.

Pendidikan kesehatan adalah upaya persuasif atau pembelajaran kepada masyarakat agar masyarakat mau melakukan tindakan-tindakan

untuk memelihara dan meningkatkan taraf kesehatannya. Pendidikan kesehatan untuk promosi kesehatan (*Health promotion*) dapat dilakukan dengan memberikan penyuluhan tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0 – 6 bulan. Pendidikan kesehatan diberikan dengan menggunakan media untuk menyampaikan informasi yang sesuai dan tepat sehingga mempengaruhi penyerapan informasi kepada responden. Media cetak yang dapat digunakan misalnya *booklet*, *leaflet*, *pamflet* dan poster serta media audiovisual berupa video. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang antara lain: tingkat pendidikan, informasi/ media massa, sosial budaya dan ekonomi, lingkungan, pengalaman dan usia. Tingkat pendidikan, semakin tinggi tingkat pendidikan semakin mudah seseorang menerima informasi⁶.

Tujuan dari penerapan ini adalah untuk mengetahui hasil tingkat pengetahuan ibu sebelum dan sesudah penerapan pendidikan kesehatan tentang ASI eksklusif.

METODE

Desain penerapan adalah studi kasus untuk mengeksplorasi suatu masalah/ fenomena dengan batasan terperinci, memiliki pengambilan data yang mendalam dan menyertakan berbagai sumber informasi. Studi kasus dibatasi oleh waktu dan tempat serta kasus yang dipelajari berupa peristiwa, aktivitas atau individu⁷. Studi kasus dilakukan untuk mengeksplorasi masalah penerapan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap ibu tentang ASI eksklusif.

Subyek penerapan adalah 2 orang ibu yang memiliki anak usia 0 – 6 bulan.

Penerapan pendidikan telah dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Purwosari Kecamatan Metro Utara. Waktu penerapan telah dilakukan pada tanggal 02 – 03 Juli 2021.

HASIL

Identitas responden dapat dilihat pada tabel 1 dibawah ini :

Tabel 1 Identitas Responden

No	Identitas	Subyek 1	Subyek 2
1	Nama	Ny. A	Ny. R
2	Umur	34 tahun	21 tahun
3	Tanggal pengkajian	02 Juli 2021	03 Juli 2021
4	Pendidikan	S M A	SMA
5	Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga (Kader)	Ibu Rumah Tangga
6	Hasil <i>pre test</i>	71 %	50 %

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa kedua responden memiliki tingkat pendidikan yang sama dan pekerjaan yang sama. Subyek 1 memiliki usia yang lebih tua dibandingkan subyek 2. Subyek 1 memiliki tingkat pengetahuan sedang (71%) dan subyek 2 memiliki tingkat pengetahuan kurang (50%).

Tabel.2 Pengetahuan Ibu tentang pemberian ASI eksklusif Sebelum dan Sesudah Penerapan Pendidikan Kesehatan

Nama Klien	<i>Pretest</i>		<i>Post test</i>	
	Nilai Benar	%	Nilai Benar	%
Ny. A	10/ 14	71	11/ 14	78
Ny. R	7 /14	50	10 /14	71

Dari hasil tersebut ditemukan perbedaan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberi

penerapan pendidikan kesehatan. Hasil pengkajian sebelum dilakukan penerapan pendidikan kesehatan, pengetahuan subyek 1 berada pada tingkat pengetahuan seang (71%) dan subyek 2 berada pada tingkat pengetahuan kurang (50%). Kedua subyek setelah dilakukan penerapan pendidikan kesehatan tentang pemberian ASI eksklusif anak terhadap ibu menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan. Tingkat pengetahuan subyek 1 meningkat menjadi 78 % dan subyek 2 meningkat menjadi 71%.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

a. Usia

Subyek dalam penerapan ini (Ny. A berusia 34 tahun (dan Ny. R berusia 21 tahun). Kedua ibu berada pada usia produktif. Usia 20 – 35 tahun adalah usia reproduksi sehat dan matang sehingga dapat mendukung untuk pemberian ASI eksklusif. Usia memperngaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik. Ibu dengan usia yang lebih dewasa memiliki tingkat pengetahuan yang lebih baik dibandingkan dengan ibu dengan usia yang lebih muda⁶. Hal ini sesuai dengan hasil yang penulis temukan yaitu subyek 1 tingkat

pengetahuan 78 % dan subyek 2 tingkat pengetahuan 71 %.

b. Pendidikan

Pengetahuan ibu sangat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Pendidikan mempengaruhi proses belajar seseorang, semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin mudah orang tersebut menerima informasi yang diberikan. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang di dapat tentang kesehatan⁸. Kedua subyek memiliki tingkat pendidikan SMA dengan tingkat pengetahuan subyek 1 (78%) dan subyek 2 (71%).

c. Pengalaman

Subyek 1 memiliki 3 orang anak sedangkan subyek 2 memiliki 2 orang anak. Tingkat pengetahuan subyek 1 lebih tinggi dibandingkan subyek 2 karena subyek 1 juga merupakan kader. Pengalaman berperan dalam meningkatkan pengetahuan seseorang tentang teknik menyusui yang baik dan benar. Hal ini terlihat dalam hasil penerapan bahwa ibu dengan anak yang lebih banyak memiliki tingkat pengetahuan yang lebih baik. Hal ini dipengaruhi oleh pengalaman, yaitu ibu-ibu yang mempunyai anak lebih dari dua, mereka lebih tau cara menyusui yang benar dibandingkan dengan ibu-ibu yang baru melahirkan dua kali⁹.

2. Pengetahuan Ibu Sebelum dilakukan Penerapan Pendidikan Kesehatan tentang pemberian ASI eksklusif

Sebelum dilakukan penerapan pendidikan kesehatan, pengetahuan orangtua tentang pemberian ASI eksklusif pada subyek 1 berada pada kategori sedang (71%) dan subyek 2 berada pada kategori kurang (50%). Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya usia, pendidikan, pengalaman dan informasi. Menurut penulis, kedua subyek sudah dapat mengikuti perkembangan informasi tentang kesehatan terutama informasi tentang pemberian ASI eksklusif. Pada era digital seperti sekarang ini, informasi tentang pemberian ASI eksklusif dapat diperoleh orangtua dengan mudah melalui internet dan media sosial, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan terutama tentang pemberian ASI eksklusif.

3. Pengetahuan Ibu Setelah dilakukan Penerapan Pendidikan Kesehatan tentang pemberian ASI eksklusif

Setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang pemberian ASI eksklusif terjadi peningkatan pengetahuan pada kedua subyek. Sebelum diberikan pendidikan kesehatan, subyek 1 berada pada kategori sedang (71%) dan subyek 2 berada pada kategori kurang (50%). Setelah dilakukan pendidikan kesehatan, kedua subyek tingkat pengetahuan mengalami peningkatan (subyek 1 meningkat menjadi 78% sedangkan subyek 2 meningkat menjadi 71%).

Berdasarkan uraian di atas dapat dijelaskan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang pemberian ASI eksklusif, tingkat pengetahuan subyek 1 berada pada kategori sedang dan subyek 2 berada pada kategori kurang. Hal ini dipengaruhi oleh perbedaan usia, pekerjaan serta pengalaman yang berbeda pada kedua subyek.

Hasil penerapan ini sesuai dengan teori bahwa pendidikan kesehatan adalah upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat agar masyarakat mau melakukan tindakan-tindakan untuk memelihara dan meningkatkan taraf kesehatannya. Tujuan utama pendidikan kesehatan adalah: menetapkan masalah dan kebutuhan mereka sendiri, memahami apa yang mereka dapat lakukan terhadap masalahnya, dengan sumber daya yang ada pada mereka ditambah dengan dukungan dari luar dan memutuskan kegiatan yang paling tepat guna untuk meningkatkan taraf hidup sehat dan kesejahteraan masyarakat. Tujuan dari pendidikan kesehatan pada ibu adalah merubah perilaku ibu yang memiliki balita usia prasekolah agar mampu menstimulasi perkembangan balita sesuai dengan perkembangan usia⁷.

KESIMPULAN

Terdapat perbedaan tingkat pengetahuan ibu sebelum dan sesudah penerapan pendidikan kesehatan tentang ASI eksklusif.

DAFTAR PUSTAKA

1. Maryunani, A. (2010). *Ilmu Kesehatan anak dalam Kebidanan*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Diunduh dari Ebook tanggal 26 April 2021.
3. Dinas Kesehatan Kota Metro. (2020). *Profil Kesehatan Kota Metro Tahun 2019*.
4. Triwibowo, C & Humaira, W. (2016). Pengaruh Penyuluhan terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang ASI Eksklusif di Posyandu Cempaka II Puskesmas Pembantu Kwala Bekala Medan Tahun 2015. *Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Lingkungan Hidup*, 21/11 (2016). 29-37.
5. Astutik, R. Y. (2014). *Payudara dan Laktasi*. Jakarta: Salemba Medika.
6. Notoatmodjo, S. (2012). *Ilmu Prilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
7. Notoatmodjo, S. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
8. Budiman & Riyanto, A. (2013). *Kapita selekta kuisisioner, pengetahuan dan sikap dalam penelitian kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
9. Hepilita, Y & Ogur, E. (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Menyusui dengan Teknik menyusui yang Baik dan benar di Puskesmas Pagal. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, Volume 1, Nomor 2, Desember 2016