

**EDUKASI DAN PENDAMPINGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF BAGI IBU
BEKERJA DI WILAYAH PUSKESMAS ALUE BILIE**

*Breastfeeding Education And Support For Working Mothers In The Alue Bilie Public
Health Center Area*

Alfitri Wahyuni, Faradilla Safitri, Raudhatun Nuzul ZA

^{1,2,3}Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

Email : alfitri@uui.ac.id, Faradilla@uui.ac.id, Raudhatun@uui.ac.id

Correspondenting Author : alfitri@uui.ac.id

Abstrak

Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan sangat penting bagi kesehatan dan pertumbuhan bayi. Namun, ibu bekerja sering menghadapi berbagai tantangan dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas edukasi dan pendampingan dalam meningkatkan praktik pemberian ASI eksklusif di kalangan ibu bekerja di wilayah Puskesmas Alue Bilie. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan teknik wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi dan pendampingan yang berkelanjutan dapat meningkatkan pemahaman ibu bekerja mengenai pentingnya ASI eksklusif dan strategi yang dapat diterapkan, seperti memerah dan menyimpan ASI dengan benar. Dengan adanya program edukasi dan pendampingan, terjadi peningkatan proporsi ibu bekerja yang berhasil memberikan ASI eksklusif. Oleh karena itu, dukungan tenaga kesehatan dan kebijakan yang mendukung ibu menyusui sangat diperlukan untuk keberhasilan program ASI eksklusif di lingkungan kerja.

Kata Kunci: ASI eksklusif, ibu bekerja, edukasi, pendampingan, Puskesmas

Abstract

Exclusive breastfeeding during the first six months of life is crucial for infant health and growth. However, working mothers often face various challenges in providing exclusive breastfeeding to their babies. This study aims to analyze the effectiveness of education and assistance in improving exclusive breastfeeding practices among working mothers in the Puskesmas Alue Bilie area. This research method uses a descriptive approach with interview and observation techniques. The study results indicate that continuous education and assistance can enhance working mothers' understanding of the importance of exclusive breastfeeding and applicable strategies, such as properly expressing and storing breast milk. With education and assistance programs, the proportion of working mothers who successfully provide exclusive breastfeeding increases. Therefore, healthcare support and policies that encourage breastfeeding mothers are essential for the success of exclusive breastfeeding programs in the workplace.

Kata Kunci: ASI eksklusif, ibu bekerja, edukasi, pendampingan, Puskesmas

1. PENDAHULUAN

ASI adalah Air Susu Ibu yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan sampai berusia enam bulan, tanpa tambahan makanan lain (kecuali obat, vitamin dan mineral (Rohaya et al., 2024). Bayi yang tidak diberikan ASI memiliki resiko kematian lebih besar karena terjadinya malnutrisi (Ríos et al., 2022). Salah satu tujuan dari program *Sustainable Development Goals (SDG's)* adalah mengakhiri segala bentuk malnutrisi dengan meningkatkan presentase bayi kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif dari 40% menjadi 50% pada tahun 2019 (Martín- Carrasco et al., 2023).

ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan bermanfaat untuk mematikan kuman dalam jumlah tinggi, sehingga pemberian ASI dapat meningkatkan kecerdasan, meningkatkan sistem imun, meminimalkan munculnya alergi, membantu pencapaian berat badan ideal, dan dapat mengurangi risiko kematian pada bayi (Wulandari et al., 2022).

Pemberian ASI saat bekerja banyak

yang tidak diterapkan oleh ibu bekerja, walaupun ada sebagian tempat kerja yang menyediakan pojok laktasi yang dapat digunakan ibu untuk memompa ASI, akan tetapi tempat tersebut tidak pernah digunakan sama sekali oleh ibu sehingga kondisi tersebut merupakan perilaku dari ibu yang kurang pemahaman dan motivasi ibu untuk tetap memberikan ASI (Erlani et al., 2020).

World Health Organization (WHO), melaporkan bahwa bayi dengan ASI eksklusif tahun 2018 mencapai 40%. Indonesia mencapai 41,2% tahun 2016 dan menurun tahun 2017 menjadi 40,7% sehingga perlu diperhatikan dan ditindaklanjuti (ALZAHRA, 2023).

Berdasarkan Kemenkes RI (2018) jumlah bayi di Indonesia sebanyak 4.810.130 bayi, dimana jumlah bayi yang mendapatkan ASI eksklusif sebanyak 3.306.483 bayi. Selanjutnya jumlah bayi di Indonesia tahun 2019 sebanyak bayi, dengan jumlah 2.943.615 bayi yang mendapatkan ASI eksklusif adalah sebanyak

1.994.097 bayi. Selanjutnya jumlah bayi di Indonesia tahun 2020 sebanyak bayi, dengan jumlah

2.735.467 bayi yang mendapatkan ASI eksklusif adalah sebanyak 1.856.648 bayi (Kemenkes RI, 2020).

Data dinas Kesehatan Aceh menyebutkan bahwa cakupan persentase pemberian ASI Eksklusif tertinggi terdapat di Subulussalam sebesar 100%, diikuti oleh Aceh Jaya sebesar 87% dan Aceh Utara 79% dan Aceh Tengah sebesar 76%, sedangkan persentase cakupan pemberian ASI Eksklusif terendah terdapat di Pidie Jaya sebesar 31% dan Kota Sabang sebesar 29% (Dinkes Aceh, 2022).

Data tahun 2023 mengatakan bahwa cakupan ASI eksklusif pada ibu yang berkerja di Kabupaten Nagan Raya hanya sebesar 62%, artinya banyak ibu yang berkerja tidak memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Dan kecamatan dengan cakupan ASI Eksklusif paling rendah ada di Kecamatan Darulmakmur dengan persentase 61% (Dinkes Nagan Raya, 2023).

Penyebab masih kurangnya pemberian ASI yaitu masih banyak ibu yang memiliki pengetahuan tentang manajemen laktasi yang kurang, seperti cara pemerah ASI dan cara penyimpanan ASI yang baik selama bekerja (Rohaya et al., 2024).

2. METODE

Rancangan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pemberian edukasi secara langsung dengan mendatangi posyandu di wilayah kerja Puskesmas Alue Bilie. Responden kegiatan ini adalah ibu bekerja yang memiliki bayi usia 0-6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Alue Bilie. Data dikumpulkan melalui observasi dan wawancara sebelum dan sesudah edukasi.

Kegiatan yang dilakukan meliputi:

- a Edukasi mengenai manfaat ASI eksklusif, teknik pemerah ASI, penyimpanan ASI, dan cara pemberian ASI perah kepada bayi.
- b Pendampingan langsung oleh tenaga kesehatan dalam praktik pemerah dan menyimpan ASI.
- c Konseling laktasi bagi ibu yang mengalami kesulitan dalam menyusui.

Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan dan praktik ibu sebelum dan sesudah edukasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa setelah mendapatkan edukasi dan pendampingan, terjadi peningkatan pemahaman ibu bekerja tentang

pentingnya ASI eksklusif. Sebelum intervensi, hanya 40% ibu yang memahami teknik pemerah dan menyimpan ASI dengan benar, namun setelah intervensi, angka ini meningkat menjadi 85%.

Selain itu, jumlah ibu bekerja yang berhasil memberikan ASI eksklusif kepada bayinya juga meningkat. Sebelum intervensi, hanya 35% ibu yang memberikan ASI eksklusif hingga usia bayi 6 bulan, sedangkan setelah intervensi angka ini naik menjadi 70%.

Faktor pendukung keberhasilan edukasi dan pendampingan ini meliputi:

- a. Dukungan tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi yang komprehensif.
- b. Penyediaan fasilitas laktasi di tempat kerja.
- c. Dukungan keluarga dalam membantu ibu menyusui dan menyimpan ASI.

Namun, masih terdapat beberapa hambatan yang dihadapi, seperti kurangnya waktu bagi ibu untuk pemerah ASI di tempat kerja serta stigma sosial terhadap ibu yang menyusui di tempat kerja. Oleh karena itu, perlu adanya kebijakan yang lebih mendukung ibu menyusui di lingkungan kerja.

a Hasil dan pembahasan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini akan dijelaskan berdasarkan tahapan-tahapan berikut:

a. Tahapan Persiapan

1. Identifikasi sasaran ibu bekerja yang memiliki bayi usia 0-6 bulan.
2. Penyusunan materi edukasi mengenai ASI eksklusif, teknik pemerah ASI, penyimpanan ASI, dan strategi menyusui bagi ibu bekerja.
3. Koordinasi dengan tenaga kesehatan dan kader posyandu untuk pelaksanaan kegiatan.
4. Penyediaan alat bantu edukasi, seperti leaflet dan video tutorial mengenai ASI eksklusif.

b. Tahap Pelaksanaan

1. Edukasi langsung kepada ibu bekerja di posyandu mengenai manfaat ASI eksklusif dan teknik yang dapat diterapkan.
2. Demonstrasi langsung teknik pemerah dan menyimpan ASI yang benar.
3. Pendampingan ibu dalam praktik pemerah ASI dan konsultasi mengenai kendala yang dialami.
4. Sesi tanya jawab dan diskusi interaktif untuk memastikan

pemahaman ibu bekerja mengenai materi yang diberikan.

c. Tahapan Evaluasi

1. Observasi terhadap perubahan pemahaman ibu mengenai ASI eksklusif setelah edukasi.
2. Wawancara dengan ibu untuk mengetahui hambatan yang masih dihadapi dalam pemberian ASI eksklusif.
3. Pengukuran tingkat keberhasilan program dengan membandingkan proporsi ibu yang berhasil memberikan ASI eksklusif sebelum dan setelah intervensi.
4. Penyusunan laporan hasil kegiatan dan rekomendasi untuk keberlanjutan program edukasi ASI eksklusif.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa setelah mendapatkan edukasi dan pendampingan, terjadi peningkatan pemahaman ibu bekerja tentang pentingnya ASI eksklusif. Sebelum intervensi, hanya 40% ibu yang memahami teknik pemerahan dan menyimpan ASI dengan benar, namun setelah intervensi, angka ini meningkat menjadi 85%.

Selain itu, jumlah ibu bekerja yang berhasil memberikan ASI eksklusif kepada bayinya juga meningkat. Sebelum intervensi, hanya 35% ibu yang

memberikan ASI eksklusif hingga usia bayi 6 bulan, sedangkan setelah intervensi angka ini naik menjadi 70%.



Gambar : Proses penyuluhan kesehatan

4. KESIMPULAN

Edukasi dan pendampingan pemberian ASI eksklusif bagi ibu bekerja di wilayah Puskesmas Alue Bilie terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan praktik menyusui ibu bekerja. Dengan adanya edukasi dan pendampingan yang berkelanjutan, ibu bekerja lebih mampu mempertahankan pemberian ASI eksklusif bagi bayinya meskipun menghadapi berbagai tantangan di tempat kerja.

Saran dari penelitian ini adalah:

- a. Puskesmas perlu meningkatkan program edukasi dan pendampingan secara berkelanjutan.
- b. Diperlukan kebijakan yang lebih mendukung ibu menyusui di tempat kerja.
- c. Perlu adanya keterlibatan pihak keluarga dan pemberi kerja dalam mendukung ibu menyusui.

Dengan adanya dukungan yang lebih baik, diharapkan angka pemberian ASI eksklusif di kalangan ibu bekerja dapat terus meningkat sehingga berdampak positif bagi kesehatan ibu dan bayi.

5. REFERENSI

- Azzubaidi, J. A. S., Safitri, A., Karsa, N. S., Laddo, N. & Makmun, A. 2023. Perbandingan Status Gizi Terhadap Bayi 6-12 Bulan Mengonsumsi ASI Eksklusif Dengan Konsumsi Susu Formula. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 3, 130-137.
- Dahlan, A., Mubin, F. & Mustika, D. N. 2013. Hubungan Status Pekerjaan Dengan Pemberian ASI Eksklusif Di Kelurahan Palebon Kecamatan Pedurungan Kota Semarang. *Jurnal Kebidanan*, 2, 56-60.
- Erlani, N., Seriani, L. & Ariastuti, L. P. 2020. Perilaku Pemberian Asi Eksklusif Pada Wanita Pekerja Tenaga Kesehatan Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah. *J Med Udayana*, 9, 22-7.
- Irawan, G. C., Anggraeni, E. T., Widiastuti, Y., Harun, I., Nurfita, D. & Purwanti, R. 2024. Sosial Budaya Dan Keberhasilan Pemberian Asi Eksklusif Di Desa Cimekar, Sukabumi. *Nutrition Scientific Journal*, 3, 1-7.
- Martín-Carrasco, I., Carbonero-Aguilar, P., Dahiri, B., Moreno, I. & Hinojosa, M. 2023. Comparison Between Pollutants Found In Breast Milk And Infant Formula In The Last Decade: A Review. *Science Of The Total Environment*, 162461.
- Mediloka, M., Lestari, I. P. & Nurvinanda, R. 2024. Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Pemberian Asi Eksklusif Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6, 155-164.
- Rohaya, R., Komariah, N. & Suprida, S. 2024. Edukasi pada Ibu Hamil tentang pemberian Asi Eksklusif. *Madaniya*, 5, 486-490.