

## Peningkatan Pengetahuan Ibu Nifas tentang Manajemen ASI Perah di Kabupaten Bangka Tengah

*Increasing knowledge of post-partum mothers on the management of stored breast milk in  
Central Bangka Regency*

Eka Safitri Yanti<sup>1</sup>✉

<sup>1</sup> Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang

✉ ekasafitriyanti89@gmail.com

Riwayat naskah:

Diterima: 7 November 2020

Disetujui: 3 Januari 2021

Diterbitkan: 11 Januari 2021

**Abstract:** Exclusive breastfeeding coverage is still low in Central Bangka Regency. One of the factors causing this is the lack of public knowledge about the management of stored breast milk. Therefore, the team provides counseling on the management of breast milk for Posyandu cadres as well as pregnant and lactating mothers in Tanjung Gunung Village, Central Bangka Regency. After the counseling was carried out, there was a positive impact on the knowledge of mothers about the management of stored breast milk. The statistical results also showed that there was a significant difference between the scores of mothers' knowledge before and after counseling ( $p = 0.042$ ). Thus, this activity can be one of the efforts to increase the coverage of exclusive breastfeeding. However, these efforts must also continue to be supported by both the community, community leaders and local health workers. For village officials and the health office, the results of this community service can be used as a medium for policy making, especially on maternal and infant health.

**Keywords:** breastfeeding; exclusive breast milk; post partum mothers; stored breast milk.

**Abstrak:** Cakupan ASI eksklusif masih tergolong rendah pada Kabupaten Bangka Tengah. Salah satu faktor yang menjadi penyebab hal ini adalah masih rendahnya pengetahuan masyarakat tentang ASI perah. Oleh karena itu, tim pengabdian memberikan penyuluhan tentang manajemen ASI Perah terhadap kader Posyandu serta ibu hamil dan menyusui di Desa Tanjung Gunung Kabupaten Bangka Tengah. Setelah dilakukan penyuluhan tersebut, ada dampak positif terhadap pengetahuan ibu tentang manajemen ASI perah. Hasil statistik juga menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna antara skor pengetahuan ibu sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan ( $p=0,042$ ). Dengan demikian, kegiatan penyuluhan ini dapat menjadi salah satu dari upaya untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif. Namun, upaya ini juga harus terus didukung baik oleh masyarakat, tokoh masyarakat maupun petugas kesehatan setempat. Bagi perangkat desa dan dinas kesehatan, hasil pengabdian masyarakat ini dapat dijadikan salah satu media untuk pengambilan kebijakan terutama pada kesehatan ibu dan bayi.

**Kata kunci:** ASI eksklusif; ASI perah; ibu nifas; menyusui.

## **Pendahuluan**

Masa nifas adalah masa segera setelah kelahiran sampai 6 minggu. Selama masa ini, fisiologi saluran reproduktif kembali pada keadaan yang normal (Cunningham, 2014). Salah satu hal penting yang terjadi pada masa nifas adalah proses menyusui. World Health Organization (WHO) dan United Nation Children Fund (UNICEF) merekomendasikan pemberian hanya air susu ibu (ASI) pada anak selama paling sedikit 6 bulan (ASI eksklusif). ASI eksklusif merupakan pemberian ASI saja tanpa memberikan makanan dan minuman apapun, seperti pisang, papaya, madu, air putih, bubur susu sejak bayi baru lahir hingga berusia 6 bulan. Mulai tahun 2003, pemerintah Indonesia meratifikasi rekomendasi tersebut dengan memberikan rekomendasi baru mengenai pemberian ASI eksklusif yang awalnya 4 bulan menjadi 6 bulan (Kementerian Kesehatan RI, 2014). Di tengah masyarakat, pemberian ASI eksklusif ini berperan sangat penting untuk meningkatkan gizi balita (Untari, 2020).

Provinsi Bangka Belitung memiliki cakupan ASI eksklusif yang masih tergolong rendah, yaitu hanya sekitar 54,9% berdasarkan data pada tahun 2014, sedikit di atas angka rata-rata nasional (52,3%). Angka ini sangat jauh dari target yang ingin dicapai yaitu 80% pada tahun 2014 (Kementerian Kesehatan RI, 2015). Cakupan tertinggi dicapai oleh Kabupaten Bangka sebesar 64,1%, sedangkan cakupan terendah adalah Kabupaten Bangka Barat sebesar 38,8% dan Kabupaten Bangka Tengah (39,4%) (Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung, 2015). Program ASI Eksklusif yang dimulai sejak proses persalinan dengan metode Inisiasi Menyusu Dini (IMD) telah ditetapkan oleh pemerintah. Cakupan ASI Eksklusif pada Desa Tanjung Gunung Kecamatan Pangkalan Baru Kabupaten Bangka Tengah pada tahun 2018 hanya sebesar 41%, sehingga masih perlu dukungan baik dari lintas program maupun lintas sektor (Puskesmas Benteng, 2018).

Secara umum, di Provinsi Bangka Belitung tampak masih rendahnya pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif. Penelitian yang dilakukan oleh Karnita (2017) di wilayah Koba, salah satu wilayah di Bangka Belitung, menunjukkan masih terdapatnya ibu-ibu yang berpengetahuan kurang tentang ASI eksklusif yaitu sebesar 17,9%, sebagian besar responden adalah berpengetahuan cukup (45,2%). Penelitian lain yang dilakukan di Kota Pangkalpinang, ibukota provinsi Bangka Belitung, menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pekerjaan ibu dengan perilaku menyusui dengan hasil  $p = 0,023$  (Rosita & Harindra, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa ibu nifas di Bangka Belitung masih memiliki pengetahuan yang rendah tentang ASI eksklusif dan pada ibu yang bekerja hal ini dapat menjadi salah satu faktor penyebab gagalnya ASI eksklusif jika tidak dibekali dengan pengetahuan yang baik dari ibu.

Cara paling mudah untuk memberikan ASI pada bayi adalah dengan menyusui, menetekkan secara langsung pada payudara. Sayangnya, pada beberapa keadaan tertentu, terdapat kesulitan untuk menyusui sehingga proses memberikan ASI harus bertahap dalam bentuk lain secara perahan. Misalnya adalah ketika bayi lahir dalam kondisi belum cukup bulan/prematur sehingga kemampuan untuk menetek masih belum sempurna, atau bayi maupun ibu perlu dirawat di rumah sakit sehingga tidak memungkinkan untuk sering bertemu. Apalagi di zaman sekarang ini, salah satu kondisi yang sering ditemui adalah terdapat banyak ibu menyusui yang merupakan wanita karir/bekerja. Kondisi tersebut kemudian mengakibatkan banyak ibu menyusui yang berkarir merasa payudaranya penuh dan menyebabkan tidak nyaman, hingga ASI perlu segera diperah, maka timbullah model ASI perah (Ogundele, 2000).

Berbagai macam penelitian telah dilakukan untuk memudahkan ibu dalam menyimpan ASI yang telah diperah untuk bayinya, antara lain Rodrigo, Amir, & Forster (2018), Division of Nutrition, Physical Activity, and Obesity, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion (2019), serta Ogundele (2000). Harapannya, walaupun ibu menemui kendala dalam proses menyusui, ibu tetap dapat memberikan ASI-nya secara eksklusif. Namun sayangnya, tidak semua ibu mengetahui informasi yang dibutuhkan dan trik yang diperlukan agar proses menyusui tetap dapat bertahan. Banyak ibu yang pada akhirnya menyerah akibat kondisi satu dan lain hal sehingga berhenti menyusukan bayinya sebelum bayi berusia 6 bulan. Oleh karena itu, informasi tentang manajemen ASI perah sangat diperlukan bukan hanya untuk kelompok ibu yang menemui masalah dalam proses menyusui, tetapi untuk ibu yang baru akan atau sedang menyusui. Sehingga apabila ditemukan masalah terkait menyusui yang membutuhkan ASI untuk diperah dan disimpan, ibu tidak akan bingung dan dapat melakukan upaya maksimal agar ASI tetap dapat diberikan kepada bayi. Usaha untuk menyimpan dan memberikan ASI dengan cara yang benar tentu tidak mengurangi manfaat ASI (Ogundele, 2000).

Manajemen ASI perah merupakan tata cara pengaturan ASI yang didapat dengan cara dipompa baik dengan tangan, pompa manual, maupun pompa elektrik. Hal ini dilakukan sebagai salah satu strategi untuk mendukung keberlangsungan program ASI eksklusif. Ibu yang mengetahui tentang manajemen ASI perah yang baik tidak akan bingung saat dihadapkan pada situasi dimana dia tidak bisa menyusui atau bayi tidak bisa menyusu, sedangkan produksi ASI masih baik. Manajemen ASI perah memungkinkan ibu untuk dapat menyimpan ASI-nya sebagai cadangan menyusui untuk bayinya meski dihadapkan pada kondisi-kondisi yang tidak kondusif (Division of Nutrition, Physical Activity, and Obesity, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, 2019).

Penyuluhan terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku seseorang. Amerika Serikat termasuk salah satu negara yang merekomendasikan edukasi prenatal komprehensif tentang menyusui. Terdapat banyak metode yang berkarakter sama, dan tujuannya juga sama, yaitu meningkatkan kapasitas ibu menyusui dan memastikan bayi tersebut mendapatkan gizi yang cukup (Muchlashin & Ansori, 2020). Hal tersebut penting untuk dilakukan karena perlunya memaksimalkan persiapan ibu dalam mengatasi masalah fisiologi selama menyusui. Terbukti bahwa ibu yang mengikuti konseling yang baik dan mendapat pengetahuan yang cukup lebih memilih menyusui bayinya dan secara signifikan mengurangi ide untuk memberikan susu formula (Parry, Tully, Hopper, Schildkamp, & Labbok, 2019). Berangkat dari latar belakang tersebut di atas, tim pengabdian dari Jurusan Kebidanan Poltekkes Pangkalpinang tertarik untuk menyelenggarakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk penyuluhan.

## **Metode**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada bulan September 2019 dan dimulai dengan riset terhadap penelitian terdahulu mengenai ASI eksklusif di wilayah Bangka Belitung berdasarkan data pendukung yang didapat dari Dinas Kesehatan Provinsi Bangka Belitung. Dari hasil riset awal, ditentukanlah satu daerah kabupaten yang memiliki cakupan ASI eksklusif yang rendah. Pengabdian kemudian melakukan riset kembali dengan menggali data pada tingkat Puskesmas untuk menentukan secara lebih spesifik lokasi kegiatan yaitu Desa Tanjung Gunung Kabupaten Bangka Tengah.

Setelah lokasi kegiatan ditentukan, dilakukan peninjauan awal wilayah untuk mengetahui kondisi lokasi dan gambaran awal penduduk desa. Dari hal tersebut didapatkanlah hasil bahwa Desa Tanjung Gunung mempunyai angka cakupan ASI eksklusif yang rendah, salah satunya diakibatkan karena kurangnya upaya yang lebih maksimal dalam mengatasi gangguan atau masalah pemberian ASI.

Berdasarkan wawancara terhadap Kader Posyandu dan Bidan Desa, ditemukan bahwa banyak penduduk tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya dikarenakan mengalami masalah pemberian ASI dan beberapa terjadi pada ibu dengan status pekerjaan bekerja di luar rumah. Bidan dan kader memberikan informasi bahwa wilayah mereka sering diberikan penyuluhan tentang ASI eksklusif untuk mendongkrak cakupan agar memenuhi target, tetapi penyuluhan yang spesifik untuk mengantisipasi ibu yang mengalami masalah pemberian ASI belum pernah dilakukan sebelumnya. Bidan dan kader juga mengakui bahwa belum ada upaya promotif yang bermakna terhadap ibu-ibu yang telah gagal memberikan ASI eksklusif dan telah beralih ke susu formula agar tetap dapat memberikan asupan gizi yang baik terhadap tumbuh kembang bayinya. Hal ini menjadi agenda lanjutan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang akan dilakukan oleh tim pengabdian setelah evaluasi terhadap kegiatan tentang manajemen ASI perah ini membuahkan hasil. Harapannya, dengan manajemen ASI perah yang telah diketahui secara luas dapat memperkecil angka kegagalan ASI eksklusif sehingga ibu-ibu tidak sampai beralih ke susu formula.

Pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh 2 orang dosen disertai dengan 1 orang mahasiswa Jurusan Kebidanan Poltekkes Pangkalpinang. Sasaran kegiatan ini adalah bidan desa, kader Posyandu, dan masyarakat (ibu hamil dan ibu menyusui) yang berada di Desa Tanjung Gunung. Kegiatan mulai dilakukan pada 2 September 2019. Pengabdian mulai melakukan riset berdasarkan penelitian yang sudah ada dan data dari Dinas Kesehatan setempat untuk menggali masalah dan menentukan lokasi. Setelah itu, pada tanggal 18 September 2019 pengabdian melakukan penjajakan wilayah dengan melihat lokasi dan kondisi wilayah serta wawancara dengan kader Posyandu dan bidan desa setempat. Pada tanggal 21 September 2019, pengabdian melakukan penyuluhan ke lokasi sasaran. Pada saat kegiatan penyuluhan dilaksanakan, terdapat sebanyak 1 orang bidan desa, 2 orang kader Posyandu, dan 19 orang ibu hamil/menyusui hadir.

Kegiatan ini dilakukan dengan metode ceramah, diskusi dan demonstrasi. Pengabdian memberikan materi tentang bagaimana memerah, menyimpan, dan memberikan ASI sekaligus menunjukkan cara yang benar melalui demonstrasi. Kegiatan ini dikatakan berhasil jika terjadi peningkatan pengetahuan sasaran dalam manajemen ASI perah setelah diberikan penyuluhan. Untuk mengetahui keberhasilan kegiatan, digunakan teknik evaluasi dengan membandingkan hasil kuesioner pengetahuan pre dan post test. Hal ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.

## **Hasil**

Kegiatan dilakukan di Balai Desa Tanjung Gunung pada tanggal 21 September 2019. Di pagi itu dalam waktu setengah jam, seluruh peserta sudah berkumpul. Hal ini menggambarkan antusiasme masyarakat terhadap materi yang akan disampaikan. Kegiatan ini juga didampingi oleh bidan dan 2 orang kader Posyandu yang secara tidak langsung merupakan bentuk dukungan terhadap jalannya kegiatan.

Pengabdi membuka acara dengan menjelaskan secara singkat maksud dan tujuan kegiatan (Gambar 1). Pengabdi juga menceritakan latar belakang kenapa kegiatan tersebut dijalankan dalam bahasa yang mudah dipahami oleh peserta. Proses kegiatan juga dijelaskan mulai dari pelaksanaan *pre test* sebagai penggalan wawasan dasar, pemberian materi penyuluhan, hingga akhirnya *post test* dilakukan sebagai alat evaluasi.



Gambar 1. Pengabdi/pemateri ketika membuka materi penyuluhan

Saat dilakukan *pre test* berisi pertanyaan tentang manajemen ASI perah, terlihat secara gamblang oleh pengabdi bahwa peserta tampak kebingungan. Awalnya sempat terjadi sedikit kegaduhan karena beberapa ibu ada yang berdiskusi. Kemungkinan hal ini disebabkan tidak pernah terpaparnya peserta tersebut terhadap topik yang ditanyakan. Tetapi pengabdi dapat dengan mudah menenangkan peserta dengan memberikan penjelasan bahwa *pre test* hanya merupakan penilaian yang dilakukan untuk mengetahui gambaran pengetahuan peserta di awal kegiatan. Pengabdi meyakinkan peserta bahwa ketidaktahuan saat penyuluhan belum dimulai merupakan hal yang wajar dan dapat dimaklumi.

Setelah dilakukan *pre test*, pengabdi kemudian menyampaikan materi inti dengan media laptop, layar, dan proyektor (Gambar 2). Peserta juga disajikan materi tidak hanya dalam bentuk narasi tetapi dalam bentuk audio visual. Harapannya, materi dapat lebih mudah diterima dan menghilangkan kebosanan yang mungkin muncul pada peserta. Dengan metode penyampaian materi sedemikian rupa, peserta dapat terlihat antusias selama sesi pemberian materi. Di akhir sesi, peserta pun aktif terlibat dalam diskusi dan tanya jawab (Gambar 3).



Gambar 2. Beberapa contoh materi yang disampaikan kepada peserta: a) indikasi dilakukannya ASI perah; b) cara pemerahan ASI; dan c) cara mengelola ASI perah



Gambar 3. Peserta ketika menyimak pemaparan pemateri dan aktif mengajukan pertanyaan

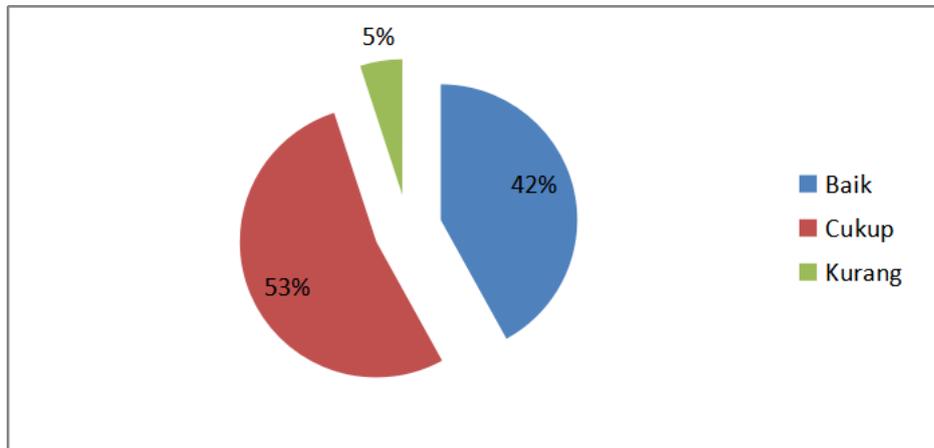
Setelah pemberian materi, dilakukan *post test* sebagai bentuk evaluasi untuk menilai keberhasilan kegiatan. Evaluasi ini penting dilakukan untuk menjadi acuan bagi tindak lanjut kegiatan penyuluhan ini ataupun pengabdian masyarakat berikutnya. Selanjutnya, peserta dan tim pengabdian berfoto bersama (Gambar 4).



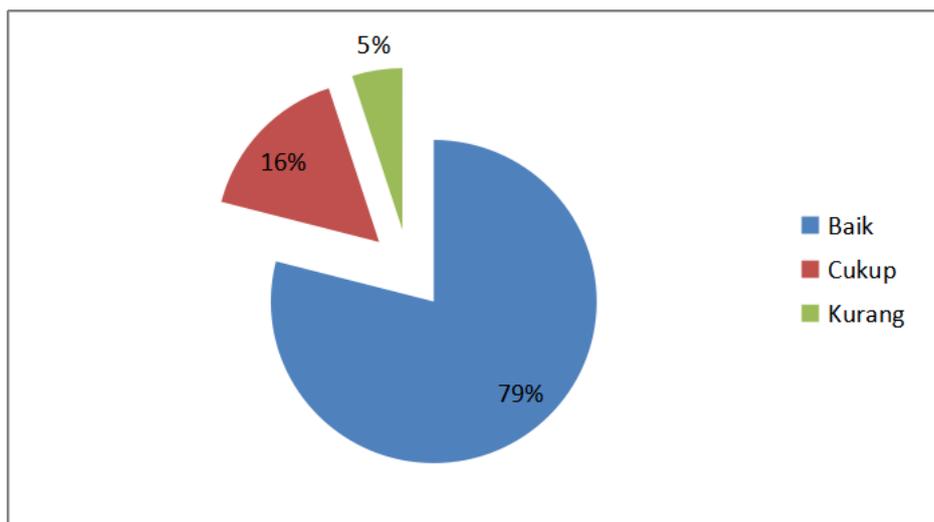
Gambar 4. Masyarakat yang menjadi peserta penyuluhan

Dari hasil *post test*, terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang manajemen ASI perah dimana pengetahuan baik yang semula hanya 42% naik menjadi 79% (Gambar 5 dan Gambar 6). Dapat dilihat bahwa dari 19 responden yang menjadi peserta penyuluhan, terjadi peningkatan nilai skor pengetahuan tentang manajemen ASI perah sebagai usaha untuk memberikan ASI

eksklusif pada bayinya. Sebelum dilakukan penyuluhan, mayoritas peserta memiliki pengetahuan cukup (53%) dan yang berpengetahuan baik hanya sebesar 42%. Setelah dilakukan penyuluhan, nilai peserta sebagian besar berubah menjadi baik (79%) dan berpengetahuan cukup berkurang menjadi 16%.



Gambar 5. Pengetahuan Ibu Sebelum Kegiatan



Gambar 6. Pengetahuan Ibu Setelah Kegiatan

Sementara itu, hasil uji *Paired t test* (Tabel 1) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna pengetahuan ibu sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan tentang manajemen ASI perah ( $p < 0,05$ ). Hasil statistik tersebut juga menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna antara skor pengetahuan ibu sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan ( $p = 0,042$ ).

Tabel 1. Hasil Uji Paired T Test

		N	Mean	SD	p
Pair 1	pretest	19	72,63	18.810	0.042
	posttest		81,05	12.425	

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan ini memberikan pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat Desa Tanjung Gunung. Walau demikian, pengabdian masih belum bisa berpuas diri. Pasalnya, pengetahuan hanya merupakan langkah awal terhadap perubahan perilaku. Dengan pengetahuan yang baik, diharapkan masyarakat Desa Tanjung Gunung akan mempunyai sikap yang mendukung terhadap manajemen ASI perah. Dengan pengetahuan dan sikap yang baik, diharapkan masyarakat Desa Tanjung Gunung akan berperilaku baik yang dalam hal ini melakukan manajemen ASI perah pada kondisi dan situasi tertentu yang dapat memberikan kontribusi mencegah gagalnya pemberian ASI eksklusif kepada bayinya.

## **Kesimpulan**

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah terjadinya perubahan berupa peningkatan pengetahuan kelompok ASI di Desa Tanjung Gunung Kabupaten Bangka Tengah dalam manajemen ASI perah. Pengenalan tentang manajemen ASI perah merupakan salah satu dari upaya untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif di Desa Tanjung Gunung. Namun upaya ini juga harus didukung baik oleh masyarakat, tokoh masyarakat maupun petugas kesehatan setempat. Bagi Perangkat Desa dan Dinas Kesehatan, hasil pengabdian masyarakat ini dapat dijadikan salah satu media untuk pengambilan kebijakan terutama pada kesehatan ibu dan bayi.

## **Pernyataan**

Penulis sekaligus pengabdian mengucapkan terima kasih kepada penduduk Desa Tanjung Gunung, tokoh masyarakat, Kader Posyandu, dan Bidan Desa yang bertugas di daerah tersebut. Dengan dukungan dari semuanya, pengabdian dapat menyelesaikan kegiatan ini dengan lancar tanpa hambatan berarti.

## **Referensi**

- Cunningham, F. G. (2014). *Williams Obstetrics 24th Edition*. New York: McGraw-Hill Education/Medical.
- Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. (2015). *Profil Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung*. Pangkal Pinang.
- Division of Nutrition, Physical Activity, and Obesity, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion. (2019). Retrieved from [https://www.cdc.gov/breastfeeding/recommendations/handling\\_breastmilk.htm](https://www.cdc.gov/breastfeeding/recommendations/handling_breastmilk.htm)
- Karnita. (2017). *HUBUNGAN KARAKTERISTIK DAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU DENGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KOBA*. Yogyakarta: Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *InfoDATIN: Situasi dan Analisis ASI Eksklusif*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2015). *Profil Kesehatan Indonesia*. Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.

- Muchlashin, A., & Ansori, T. (2020). Sekolah Balita sebagai Upaya Pendampingan Pengentasan Gizi Buruk pada Balita di Kelurahan Bulak Banteng Surabaya. *Amalee: Indonesian Journal of Community Research and Engagement*, 1(2), 113–123. <https://doi.org/10.37680/amalee.v1i2.330>
- Ogundele, M. (2000). Techniques for the storage of human breast milk: Implications for anti-microbial functions and safety of stored milk. *European Journal of Pediatrics*, 159 (11).<https://doi.org/10.1007/s004310000577>
- Parry, K. C., Tully, K. P., Hopper, L. N., Schildkamp, P. E., & Labbok, M. H. (2019). Evaluation of Ready, Set, BABY: A prenatal breastfeeding education and counseling approach . *Birth*, 46 (1).<https://doi.org/10.1111/birt.12393>
- Puskesmas Benteng. (2018). *Profil Kesehatan Puskesmas Benteng*. Puskesmas Benteng, Bangka Tengah.
- Rodrigo, R., Amir, L., & Forster, D. A. (2018). Review of guidelines on expression, storage and transport of breast milk for infants in hospital, to guide formulation of such recommendations in Sri Lanka. *BMC Pediatrics*, 18 (1).<https://doi.org/10.1186/s12887-018-1244-2>
- Rosita, N. A., & Harindra. (2020). PEKERJAAN FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13 (1), 43-39.<https://doi.org/10.36746/jka.v13i1.62>
- Untari, P. (2020). Membangun Komunitas Sadar Gizi Balita dan Ibu Menyusui di Desa Taratak Kota Pariaman. *Amalee: Indonesian Journal of Community Research and Engagement*, 1(2), 139–147. <https://doi.org/10.37680/amalee.v1i2.371>