




Education and training on proper breastfeeding practices for pregnant women: A stunting prevention effort in Pinedapa Village

Christina Entoh, Fransisca Noya✉, Sony Bernike Magdalena Sitorus, Dafrosia Darmi Manggasa

Poltekkes Kemenkes Palu, Palu, Indonesia

✉ fransiscanoya79@gmail.com

 <https://doi.org/10.31603/ce.11747>

Abstract

The breastfeeding rate in Indonesia is 15.3%. Exclusive breastfeeding coverage in Central Sulawesi in 2021 was 53.5% and in Poso Regency was 51.1%. Exclusive breastfeeding coverage in Pinedapa Village, Poso Coastal District in 2022 was 57%. One of the causes of low breastfeeding rates in Indonesia is the lack of knowledge among pregnant women, families, and the community about the importance of breastfeeding. The most common problem experienced by breastfeeding mothers is sore nipples. This condition usually occurs due to incorrect baby positioning during breastfeeding or incorrect breastfeeding techniques. The purpose of this activity was to improve the knowledge and skills of pregnant women and health cadres on the correct breastfeeding techniques to meet the nutritional needs of infants and thus prevent stunting. The methods used in this community service activity were lectures, discussions, and demonstrations. The results obtained from this activity were that the knowledge of pregnant women and posyandu cadres after the counseling increased to good (100%). The skills of pregnant women and cadres after the training increased from unskilled (0%) to skilled (100%).

Keywords: Education; Breastfeeding; Stunting

Edukasi dan pelatihan cara menyusui yang benar pada ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Pinedapa

Abstrak

Persentase ibu yang menyusui di Indonesia sebesar 15,3%. Cakupan ASI eksklusif pada tahun 2021 di Sulawesi Tengah 53,5% dan di Kabupaten Poso sebesar 51,1%. Cakupan ASI Eksklusif di Desa Pinedapa Kecamatan Poso Pesisir pada tahun 2022 sebesar 57%. Salah satu penyebab rendahnya pemberian ASI di Indonesia adalah kurangnya pengetahuan ibu hamil, keluarga dan masyarakat akan pentingnya ASI. Masalah yang paling sering terjadi pada ibu yang menyusui adalah puting susu yang lecet. Keadaan ini biasanya terjadi karena posisi bayi yang salah saat disusui atau cara menyusui yang salah. Tujuan dari kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan serta keterampilan dari ibu hamil dan kader kesehatan tentang cara menyusui yang benar untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi sehingga dapat mencegah stunting. Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian ini yaitu metode ceramah, diskusi serta demonstrasi. Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini adalah pengetahuan ibu hamil dan kader posyandu sesudah penyuluhan meningkat menjadi baik (100%). Keterampilan ibu hamil dan kader sesudah pelatihan meningkat dari tidak terampil (0%) menjadi terampil (100%).

Kata Kunci: Edukasi; Menyusui; Stunting

1. Pendahuluan

Menyusui adalah proses pemberian air susu ibu (ASI) kepada bayi sejak lahir sampai berusia 2 tahun. Jika bayi diberikan ASI saja sampai usia 6 bulan tanpa menambahkan dan mengganti dengan makanan atau minuman lainnya merupakan proses menyusui eksklusif. ASI eksklusif dapat melindungi bayi dan anak terhadap penyakit berbahaya dan mempererat ikatan kasih sayang (*bonding*) antara ibu dan anak. Proses menyusui secara alami akan membuat bayi mendapatkan asupan gizi yang cukup dan limpahan kasih sayang yang berguna untuk perkembangannya (Sulastris et al., 2022).

Pemberian ASI eksklusif dapat menurunkan mortalitas bayi, menurunkan morbiditas bayi, mengoptimalkan pertumbuhan bayi, membantu perkembangan kecerdasan anak dan membantu memperpanjang jarak kehamilan bagi ibu. Masih banyak di kalangan ibu-ibu tidak mau menyusui, itu karena sakit saat menyusui, bisa juga mengakibatkan payudaranya kendur dan alasan lainnya adalah karena air susunya tidak keluar. ASI sangat penting untuk tumbuh kembang bayi (Kusumaningrum, 2018).

Persentase ibu yang menyusui di Indonesia sebesar 15,3%. Cakupan ASI eksklusif pada tahun 2021 di Sulawesi Tengah 53,5% dan di Kabupaten Poso sebesar 51,1%. Rendahnya cakupan ini disebabkan oleh banyak faktor antara lain masalah dalam proses menyusui, faktor ekonomi dan dukungan dari lingkungan sekitar, sosial budaya, perasaan malu, pekerjaan dan pelayanan kesehatan serta kurangnya atau rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat tentang ASI eksklusif (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah, 2020; Herawati, 2022; Munir & Lestari, 2023).

Salah satu penyebab rendahnya pemberian ASI di Indonesia adalah kurangnya pengetahuan ibu hamil, keluarga dan masyarakat akan pentingnya ASI. Hasil penelitian menemukan bahwa pemberian ASI eksklusif lebih banyak pada responden yang pernah mengikuti pelatihan manajemen laktasi maupun pelatihan terkait menyusui (66,7%) dibandingkan yang tidak pernah mengikuti pelatihan (55,6%) (Imelda & Darti, 2019; Septiana et al., 2017).

Kegagalan dalam proses menyusui sering disebabkan karena timbulnya beberapa masalah, baik masalah pada ibu maupun masalah pada bayi. Masalah yang paling sering terjadi pada ibu yang menyusui adalah puting susu yang lecet. Keadaan ini biasanya terjadi karena posisi bayi yang salah saat disusui atau cara menyusui yang salah. Bayi hanya menghisap pada puting karena sebagian besar areola tidak masuk ke dalam mulut bayi. Hal ini juga dapat terjadi pada akhir menyusui bila cara melepaskan hisapan bayi tidak benar. Dapat juga terjadi bila sering membersihkan puting dengan alkohol atau sabun (Khoiriyah & Prihatini, 2014). Masalah menyusui yang sering ditemui dan dikeluhkan oleh ibu-ibu *post partum* harus diatasi, maka untuk mengatasi hal tersebut diperlukan adanya pendidikan kesehatan (Kuswanti & Malo, 2018). Hasil penelitian Mulati & Susilowati (2019) tentang pengaruh pelatihan tehnik menyusui yang benar pada ibu nifas primipara terhadap keterampilan menyusui di wilayah Kabupaten Klaten menunjukkan hasil ada perbedaan rerata skor keterampilan ibu nifas dalam menyusui sebelum dan sesudah dilakukan satu kali pelatihan tehnik menyusui yang benar.

Desa Pinedapa terletak di Kecamatan Poso Pesisir Kabupaten Poso. Cakupan ASI eksklusif di Desa Pinedapa Kecamatan Poso Pesisir pada tahun 2022 sebesar 57%. Desa Pinedapa merupakan lokus intervensi program penanganan stunting di Kabupaten

Poso dan persentase stunting di Desa Pinedapa sebesar 24,05%. Tujuan dari kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan serta keterampilan dari ibu hamil dan kader kesehatan tentang cara menyusui yang benar untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi sehingga dapat mencegah stunting.

2. Metode

Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari 3 tahap yaitu:

2.1. Persiapan

Sebelum kegiatan dilaksanakan, tim pengabdian melakukan koordinasi dengan bidan Desa Pinedapa terkait pelaksanaan kegiatan pengabdian.

2.2. Pelaksanaan

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 25 Maret 2024 di Balai Desa Pinedapa. Peserta kegiatan masyarakat ini adalah ibu hamil dan kader di Desa Pinedapa Kecamatan Poso Pesisir, Kabupaten Poso sebanyak 25 orang. Kegiatan ini didahului dengan pengisian *pre-test* kuesioner pengetahuan dan keterampilan ibu hamil dan kader posyandu, pemberian materi, kemudian dilanjutkan demonstrasi cara menyusui yang benar oleh tim pengabdian. Selanjutnya simulasi setiap peserta. Tahap selanjutnya sesi diskusi serta tanya jawab dan pengisian kuesioner dan daftar keterampilan *post-test*.

2.3. Evaluasi

Evaluasi kegiatan ini diperoleh dari hasil pengisian kuesioner dan daftar keterampilan *pre-test* dan *post-test* pengetahuan kader tentang cara menyusui yang benar.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan ini diawali dengan melakukan koordinasi dengan Desa Pinedapa mengenai pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 25 Maret 2024 di Balai Desa Pinedapa. Peserta kegiatan adalah ibu hamil dan kader Posyandu Desa Pinedapa, Kecamatan Poso Pesisir, Kabupaten Poso sebanyak 25 orang. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan pemberian kuesioner *pre-test* oleh peserta pelatihan. Peserta diberikan waktu selama 15 menit untuk mengisi kuesioner. Setelah itu membagikan leaflet kepada peserta dan dilanjutkan dengan pemberian materi tentang cara menyusui yang benar oleh Ibu Christina Entoh. Materi disampaikan menggunakan media leaflet disajikan pada [Gambar 1](#). Materi praktik cara menyusui yang benar disampaikan oleh Ibu Fransisca Noya dan Ibu Sony Bernike Magdalena Sitorus. Tahap selanjutnya sesi diskusi serta tanya jawab, seperti terlihat pada [Gambar 2](#).

Tahap terakhir dari kegiatan pengabdian yaitu pengisian kuesioner dan daftar keterampilan *post-test* untuk mengetahui pemahaman dan keterampilan peserta terkait cara menyusui yang benar. Hasil pengisian kuesioner dianalisis untuk mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. [Tabel 1](#) menunjukkan peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan edukasi. Sebelum penyuluhan peserta kurang (76%) dan cukup (24%), sedangkan setelah penyuluhan pengetahuan ibu hamil dan kader meningkat menjadi baik (100%).



Gambar 1. Kegiatan sosialisasi dan penyampaian materi



Gambar 2. Praktik menyusui dan sesi diskusi

Tabel 1. Perbedaan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pelatihan

Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Baik	0	0,0	5	100,0
Cukup	6	24,0	0	0,0
Kurang	19	76,0	0	0,0

Tabel 2. Perbedaan keterampilan peserta sebelum dan sesudah pelatihan

Keterampilan	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Terampil	0	0,0	25	100,0
Tidak terampil	25	100,0	0	0,0

Lebih lanjut, tim juga mengevaluasi keterampilan peserta terkait cara menyusui yang benar. Tabel 2 menunjukkan keterampilan ibu hamil dan kader sesudah pelatihan meningkat dari tidak terampil (0%) menjadi terampil (100%). Menyusui merupakan proses alami yang tidak mudah dilakukan, maka diperlukan pengetahuan dan latihan teknik menyusui yang tepat. Teknik menyusui adalah cara memberikan ASI dengan posisi ibu dan bayi dengan benar dengan indikator posisi ibu dan bayi, perlekatan bayi yang tepat, keefektifan hisapan bayi pada payudara sehingga kebutuhan nutrisi bayi tercukupi. Ibu nifas primipara biasanya menyusui bayinya dengan posisi dan perlekatan yang kurang tepat disebabkan karena kurangnya pengalaman ibu dalam praktik menyusui sehingga diperlukan pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui yang

benar agar tidak mengakibatkan puting lecet dan bayi tidak menyusu dengan kuat (Amalia & Susanti, 2020). Edukasi dan pelatihan kader posyandu penting dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil dan kader tentang cara menyusui yang baik untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi sehingga dapat mencegah stunting.

4. Kesimpulan

Edukasi dan pelatihan tentang cara menyusui yang benar meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil dan kader posyandu di Desa Pinedapa Kecamatan Poso Pesisir Kabupaten Poso.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih penulis sampaikan kepada semua pihak yang terlibat dalam pelaksanaan kegiatan ini. Secara khusus buat bidan Desa Pinedapa, kader posyandu dan semua ibu hamil serta mahasiswa yang mengikuti kegiatan ini sehingga terlaksana dengan lancar.

Kontribusi Penulis

Penanggung jawab kegiatan: CE; Pemateri ceramah: CE, DDM; Pemateri demonstrasi: FN, SBMS.

Daftar Pustaka

- Amalia, F. N., & Susanti, E. T. (2020). Pendidikan Kesehatan Tentang Teknik Menyusui yang Benar Terhadap Perilaku Menyusui pada Ibu Nifas Primipara. *Jurnal Keperawatan*, 6(2), 61–68.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah. (2020, September). *Update Covid-19 7 September 2020*. Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah.
- Herawati, Y. (2022). Pelatihan Teknik Menyusui dan Pemberian ASAI Eksklusif dalam Upaya Peningkatan Status Gizi Balita bagi Kader Posyandu. *Jurnal Abdi Masada*, 3(1), 21–25. <https://doi.org/10.38037/am.v3i1.46>
- Imelda, F., & Darti, N. A. (2019). Pemberdayaan Wanita: Pelatihan dan Manajemen Laktasi pada Ibu Bekerja di Institusi Pendidikan di Medan. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 4(1). <https://doi.org/10.34008/jurhesti.v4i1.54>
- Khoiriyah, A., & Prihatini, R. (2014). Hubungan Antara Paritas dengan Keterampilan Menyusui yang Benar pada Ibu Nifas. *Jurnal Kebidanan*, 6(2). <https://doi.org/10.30736/midpro.v6i2.43>
- Kusumaningrum, A. T. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Manajemen Laktasi Terhadap Perilaku Menyusui pada Ibu Nifas. *Jurnal Surya*, 10(2), 67–74.
- Kuswanti, I., & Malo, H. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Teknik Menyusui Terhadap Keterampilan Menyusui pada Ibu Nifas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1). <https://doi.org/10.47317/jkm.v10i1.78>
- Mulati, T. S., & Susilowati, D. (2019). Pengaruh Pelatihan Tehnik Menyusui yang Benar

- pada Ibu Nifas Primipara terhadap Keterampilan dalam Menyusui. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, 5(1), 81–85.
- Munir, R., & Lestari, F. (2023). Edukasi Teknik Menyusui yang Baik dan Benar pada Ibu Menyusui. *Jurnal Abdi Mahosada*, 1(1), 28–34.
- Septiana, H. U., Budi, A., & Karbito. (2017). Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif oleh Ibu Menyusui yang Bekerja Sebagai Tenaga Kesehatan. *Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 159–174. <https://doi.org/10.30604/jika.v2i2.62>
- Sulastri, Purwaningsih, H., & Fajriyah, N. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Cara Menyusui Bayi Terhadap Pengetahuan Ibu Nifas di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar. *Jurnal Fisioterapi Dan Ilmu Kesehatan Sisthana*, 4(2). <https://doi.org/10.55606/jufdikes.v4i2.111>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License
