

Edukasi Tentang Peningkatan Produksi Asi Ibu Nifas Berbasis Asuhan Komplementer di Kaligangsa

Nora Rahmanindar^{*1}, Umriaty², Ilma Ratih Zukrufiana³, Evi Zulfiana⁴, Meyliya Qudriani⁵

^{1,2,3,4,5}Prodi DIII Kebidanan Politeknik Harapan Bersama

e-mail: *norarahmanindar@gmail.com, ²umri.midwife@gmail.com,

³ilmaratih23@gmail.com, ⁴evi.zulfiana33@gmail.com, ⁵meyliya.qudriani@gmail.com

Abstrak

Produksi ASI menjadi salah satu perhatian pelayanan pada ibu nifas karena peran pentingnya dalam pemenuhan nutrisi bayi. ASI merupakan sumber utama makanan bayi yang tidak hanya mudah dicerna namun mengandung micro dan macro nutrient yang dibutuhkan bayi untuk tumbuh dan kembangnya. Dalam praktek pelayanan kesehatan, saat ini telah berkembang berbagai pendekatan asuhan komplementer yang mendukung adanya peningkatan produksi ASI pada ibu nifas. Tujuan pengabdian ini untuk Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu nifas tentang peningkatan produksi ASI berbasis komplementer. Pemberian informasi Kesehatan terkait peningkatan produksi ASI menjadi hal yang sangat penting sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang peningkatan produksi ASI ibu nifas. Harapannya dengan meningkatnya pengetahuan dan adanya pendampingan ibu nifas tentang produksi ASI berbasis asuhan komplementer dapat memberikan ASI Ekslusif pada bayinya. Pelaksanaan pengabdian tanggal 21-22 Juni 2023 di ikuti oleh 40 orang ibu nifastempat di Posyandu RW 5 Kaligangsa Kota Tegal. Kegiatan dilakukan dengan cara penyuluhan mengenai edukasi tentang peningkatan produksi ASI ibu nifas berbasis asuhan komplementer. Dari Pretest dan Posttest yang sudah terdapat peningkatan tentang pengetahuan tentang caranya meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas berbasis asuhan komplementer. Hal ini terbukti dengan rata-rata posttest adalah 35 orang ibu nifas (87,5%)

Kata kunci: Air Susu Ibu, Edukasi, Komplementer

1. PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan masa yang penting, karena risiko kesakitan dan kematian ibu dan bayi meningkat pada masa ini. Perdarahan merupakan penyebab utama kematian ibu di dunia dan sebagian besar terjadi sebelum 24 jam pasca persalinan. Oleh karena itu penolong persalinan harus memastikan bahwa uterus berkontraksi dengan baik, sehingga tidak terjadi perdarahan. Masa nifas dipengaruhi oleh banyak faktor salah satunya adalah sosial budaya. Indonesia merupakan negara yang terdiri dari berbagai suku dan budaya yang mempunyai tradisi kesehatan masing-masing.[1] Tidak semua tradisi yang ada mempunyai efek yang buruk terhadap kesehatan namun ada juga beberapa yang mempunyai dampak positif bagi kesehatan. Selain penatalaksanaan sesuai *evidence based* kebidanan terkadang ibu nifas juga menggunakan terapi komplementer untuk mengatasi keluhan yang dialami oleh ibu nifas. Seperti menggunakan ramuan herbal untuk memperbanyak produksi ASI. Terapi komplementer merupakan bidang ilmu kesehatan yang berperan dalam menangani berbagai penyakit dengan teknik tradisional, yang juga dikenal sebagai pengobatan alternatif. Terapi komplementer telah diakui dan dapat dipakai sebagai pendamping terapi konvensional

medis.[2] Pada pelaksanaannya terapi komplementer dapat dilakukan bersamaan dengan terapi medis. ASI Eksklusif merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan status gizi anak. ASI memberikan nutrisi yang sangat penting dan membantu mencegah terjadinya kematian dan kesakitan pada bayi. Tidak hanya itu, ASI sangat berperan dalam mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, ditemukan sebanyak 1,4 juta anak meninggal setiap tahunnya dikarenakan adanya kurang optimalnya pemenuhan nutrisi pada anak. Berdasarkan hasil survei pemenuhan ASI Eksklusif pada bayi kurang dari 6 bulan pada tahun 2021 didapatkan 69,7% bayi telah memperoleh ASI Eksklusif. Capaian ini lebih tinggi dibandingkan target nasional yaitu 45%. Sedangkan di Jawa Tengah sendiri, capaianya telah mengungguli cakupan nasional yaitu 75,1%. Tercapainya cakupan tersebut bukan berarti upaya meningkatkan cakupan berhenti. Sebanyak 75,1% bayi telah mendapatkan ASI Eksklusif selama 6 bulan penuh yang artinya masih terdapat 24,9% anak yang beresiko mengalami permasalahan gizi, peningkatan morbiditas dan mortalitas pada anak.[3]

Produksi ASI menjadi salah satu perhatian pelayanan pada ibu nifas karena peran pentingnya dalam pemenuhan nutrisi bayi. ASI merupakan sumber utama makanan bayi yang tidak hanya mudah dicerna namun mengandung micro dan macro nutrient yang dibutuhkan bayi untuk tumbuh dan kembangnya.[4] ASI mengandung *mikroba bioactive* yang dapat membantu menurunkan kejadian penyakit gastrointestinal serta meningkatkan daya imun pada bayi. Bayi yang tidak mendapatkan ASI secara eksklusif dapat berdampak pada peningkatan morbiditas dan mortalitas bayi. [5] Saat Produksi ASI belum banyak, ibu menyangka bahwa ASI nya sedikit, sehingga ibu menjadi tidak semangat untuk menyusui bayinya dan akan menyambungkan dengan susu formula, akibatnya hisapan bayi pada putting berkurang mengakibatkan makin lemahnya produksi ASI dan Akhirnya produksi ASI benar-benar sedikit. Beberapa alasan mengapa ibu tidak memberikan ASI secara Ekslusif kepada bayinya, Antara lain adalah produksi ASI kurang, kesulitan bayi dalam menghisap, keadaan putting susu, ibu yang bekerja, keinginan disebut sebagai modern, terpengaruh iklan susu formula.Salah satu penyebab ibu tidak memberikan ASI Ekslusif adalah produksi ASI yang sedikit atau tidak keluar sama sekali pada ibu pasca melahirkan sehingga bayi tidak hanya mengkonsumsi ASI melainkan mendapat makanan tambahan lain.

Tujuan pengabdian ini untuk Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu nifas tentang peningkatan produksi ASI berbasis komplementer. Hasil survei pada 10 ibu nifas di Kaligangsa Kota Tegal, masih banyak ibu nifas dan menyusui masih minim pengetahuan tentang Peningkatan Produksi ASI berbasis asuhan komplementer, untuk itu kami tertarik melakukan pengabdian kepada masyarakat di Kelurahan Kaligangsa Kota Tegal

2. METODE

Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan secara offline. Penentuan Solusi didasarkan pada kebutuhan yang mengacu pada permasalahan yang ditentukan. Kegiatan dilakukan dengan melibatkan ibu nifas yang masih menyusui bayinya umur 6 bulan di Posyandu Kaligangsa Kota Tegal tanggal 21-22 Juni 2023. Sebelum di berikan materi penyuluhan ibu nifas diberikan pretest tentang peningkatan produksi ASI berbasis asuhan komplementer kemudian ibu nifas diberi penyuluhan edukasi yang dilakukan selama 3 jam dengan membahas materi tentang peningkatan produksi ASI pada ibu nifas dengan asuhan komplementer. Pemberian edukasi ini harapannya akan terjadi peningkatan pengetahuan ibu nifas bagaimana caranya untuk meningkatkan produksi ASI. Setelah peserta mengerti dan memahami cara meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas dilanjutkan dengan posttest pada ibu nifas untuk mengetahui evaluasi.

Adapun Langkah-langkah pengabdian Masyarakat ini dilakukan beberapa tahap yakni:

1. Pre Kegiatan

Tahap persiapan kegiatan meliputi kepengurusan ijin yang dilakukan kepada kepala Puskesmas Kaligangsa. Kemudian setelah ada ijin dari pihak Puskesmas Kaligangsa

Kota Tegal, dilakukan komunikasi secara intens bidan Koordinator dan di arahkan ke bidan Desa, melalui bidan desa melakukan pendataan calon peserta untuk mendiskusikan materi penyuluhan, menentukan susunan acara hingga target peserta ibu nifas yang akan menjadi peserta PKM.

2. *Pretest*

Sebelum dilakukan penyuluhan pada ibu nifas, peserta pengabdian di berikan pretest untuk mengetahui tentang peningkatan produksi ASI pada ibu nifas berbasis asuhan komplementer

3. Penyuluhan

Penyuluhan tentang peningkatan produksi ASI pada ibu nifas berbasis asuhan komplementer, Adapun tujuan penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang peningkatan produksi ASI pada ibu nifas untuk memberikan ASI Ekslusif pada bayinya.

4. *Posttest*

Untuk mengukur keberhasilan penyuluhan maka perlu di ukur kembali tingkat pengetahuan ibu nifas mengenai cara peningkatan produksi ASI pada ibu nifas, adapun kegiatan tersebut dilaksanakan oleh mahasiswa kebidanan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. *Pra Kegiatan Pengabdian Masyarakat*

Kegiatan ini secara administratif berjalan secara baik, dengan komunikasi dan koordinasi dari kedua belah pihak. Dengan adanya surat ijin PKM dan surat tugas yang telah divalidasi.

3.2. *Pretest*

Hasil Pretest sebelum penyuluhan didapatkan pengetahuan baik sebanyak 20% (8 orang ibu nifas) dan [engetahuan yang kurang tentang peningkatan produksi ASI pada ibu nifas berbasis asuhan komplementer sebanyak 80% (32 orang ibu nifas)

3.3. *Hasil Penyuluhan*

Penyuluhan dilakukan dengan tatap muka dan interaktif sehingga ibu nifas mudah memahami dan dapat melihat secara langsung. Posttest yang dilakukan kepada 40 orang ibu nifas peserta pengabdian ini, menjawab tentang sejauh mana pemahaman atas materi yang diberikan sejumlah 87.5% atau 35 ibu nifas dapat memahami materi tentang peningkatan produksi ASI pada ibu nifas berbasis asuhan komplementer. Berdasarkan wawancara tanya jawab dan pengamatan langsung selama kegiatan berlangsung, kegiatan pengabdian masyarakat ini mendapat respon yang baik. Adapun foto kegiatan pengabdian masyarakat ada pada Gambar 1



Gambar 1 Foto Kegiatan Pengabdian Masyarakat

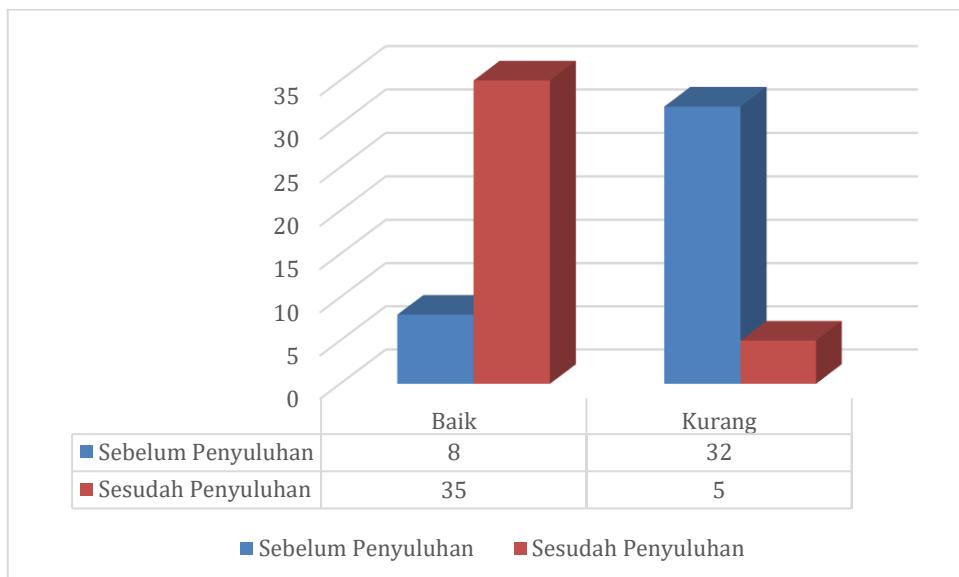
3.4. Evaluasi

Monitoring telah sesuai dengan pelaksanaan PKM ini. Semua kegiatan berlangsung telah sesuai dengan proposal yang diajukan dan capaian peserta PKM juga telah terpenuhi terdapat 87,5 % ibu nifas dapat memahami materi pengetahuan tentang peningkatan produksi ASI pada ibu nifas berbasis asuhan komplementer dan 12,5 % ibu nifas belum begitu mengetahui. Tujuan dan capaian PKM tercapai secara baik, seperti terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2 Foto kegiatan pengabdian Masyarakat

Evaluasi dilakukan dengan pelaksanaan pretest dan posttest, karena pada kegiatan menunjukkan bahwa pemberian pretest dan posttest dalam pembelajaran mempunyai pengaruh yang berarti terhadap hasil belajar. Tidak ada kendala yang terjadi selama kegiatan PKM berlangsung dan semua kegiatan berjalan dengan baik sesuai dengan jadwal.



4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan untuk menambah pengetahuan pada ibu nifas tentang peningkatan produksi ASI pada ibu nifas berbasis asuhan komplementer pada ibu nifas. Peserta pengabdian masyarakat ini, mendapat jawaban tentang sejauh mana pemahaman atas materi yang diberikan sejumlah 87,5% ibu nifas dapat memahami materi pengetahuan tentang peningkatan produksi ASI pada ibu nifas berbasis asuhan komplementer.

5. SARAN

Kegiatan pelatihan ini sangat tepat diberikan pada ibu nifas sehingga ibu nifas dapat memperbanyak produksi ASI dan memberikan ASI Ekslusif selama 6 bulan. Kedepan kegiatan ini bisa dilaksanakan di setiap posyandu sehingga diharapkan semua ibu nifas dapat meningkatkan pengetahuan tentang peningkatan produksi ASI

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Pusat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (P3M) Politeknik Harapan Bersama Kota Tegal yang telah mendanai kegiatan ini sehingga terlaksana dengan baik. Ucapan Terimakasih juga tim penulis sampaikan kepada semua pihak Puskesmas Kaligangsa yang telah memberikan ijin serta peserta pengabdian Masyarakat ibu nifas di Posyandu Kaligangsa Kota Tegal yang telah memberikan kesempatan kepada tim PKM untuk memberikan sedikit ilmu kepada para siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] F. Hayati, “Pendidikan Kesehatan tentang Terapi Komplementer pada Masa Nifas,” *J. Abdimas Kesehat.*, vol. 4, no. 1, p. 21, 2022, doi: 10.36565/jak.v4i1.178.
- [2] R. Widaryanti, “Pengetahuan dan Penerimaan Terapi Komplementer pada Ibu Nifas Berbasis Kearifan Lokal,” *Med. Respati J. Ilm. Kesehat.*, vol. 15, no. 4, pp. 267–272, 2020.
- [3] Yuliani, “Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui Dengan Tatalaksana Kebidanan Komplementer,” *Semin. Nas. Has. Ris. dan Pengabdi. Ke-III*, pp. 17–27, 2021.
- [4] N. Noviyana *et al.*, “Efektifitas Pijat Oksitosin dalam Pengeluaran ASI,” *J. Ilmu Keperawatan Matern.*, vol. 5, no. 1, pp. 23–33, 2022, doi: 10.32584/jikm.v5i1.1437.
- [5] Nova Yulita, Sellia Juwita, and Ade Febriani, “Perilaku Ibu Nifas Dalam Meningkatkan Produksi ASI,” *Oksitosin J. Ilm. Kebidanan*, vol. 7, no. 1, pp. 53–61, 2020, doi: 10.35316/oksitosin.v7i1.619.
- [6] F. Ningsih, R. M. Lestari, and S. S. Sianipar, “Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Hamil,” *PengabdianMu J. Ilm. Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 6, no. 4, pp. 376–381, 2021, doi: 10.33084/pengabdianmu.v6i4.1847.
- [7] D. Rachmayanty, S. Aprilia, and E. Prasasti, “PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS Fakultas Keperawatan dan Kebidanan , Universitas Prima Indonesia,” vol. 9, no. September, pp. 647–651, 2021.
- [8] K. E. Lyons, C. A. Ryan, E. M. Dempsey, R. P. Ross, and C. Stanton, “Breast Milk, a Source of Beneficial Microbes and Associated Benefits for Infant Health,” *Nutr. 2020, Vol. 12, Page 1039*, vol. 12, no. 4, p. 1039, Apr. 2020, doi: 10.3390/NU12041039.
- [9] S. Nurhasanah and Masluroh, “Perbedaan Terapi Pijat Akupresur dan Breastcare Terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Postpartum,” *J. Ilm. Obs.*, vol. 14, no. 2, pp. 94–101, 2022.
- [10] Si. Altika and U. Kasanah, “Survei Implementasi Pelayanan Kebidanan Komplementer Dalam Mengurangi Intervensi Medis,” *Coping Community Publ. Nurs.*, vol. 9, no. 1, p. 15, 2021, doi: 10.24843/coping.2021.v09.i01.p03.