

## EDUKASI HOLISTIK PADA IBU POSTPARTUM TERHADAP PEMBERIAN ASI

*Holistic Education In Postpartum Mothers On Breast Feeling*

**Nurlina<sup>1\*</sup>, Dia Rianti<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Akademi Kebidanan Lapatau Bone

\*[nurlinalpt14@gmail.com](mailto:nurlinalpt14@gmail.com)

### ABSTRACT

*Introduction : Breast milk is the best food for infants because it contains many substances and protective factors that are important for the growth and development of infants so as to reduce infant morbidity and mortality. This content is very complete and complex, there are hundreds of bioactive molecules that can protect babies from infection and help in the formation of a strong immune system. Objective : This study aims to determine whether there is an effect of holistic education on post partum mother on the success of breastfeeding at the Watampone Health Center. Research Methods : Based on the results of the research that researchers have done, the average value of knowledge in the intervention group before being given education was 4,88, the lowest score was 3 and the highest score was 7 (total score 10), while the average score in the intervention group after education was 9.00. while the average value of knowledge in the pre test control group was 4,82, while the average value of knowledge in the post test control group was 6,29. This shows that there is an effect of providing education on changes in knowledge of post partum mothers in exclusive breastfeeding. Conclusion : This study concludes that there is an increase in post partum mother's knowledge of exclusive breastfeeding at UPT Puskesmas Watampone after education.*

**Keyword:** *Breast Milk, Breastfeeding, Holistic Education, Post Partum Mother*

### ABSTRAK

Pendahuluan : ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi karena mengandung banyak zat dan faktor protektif yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan angka kematian bayi. Kandungan ini sangat lengkap dan kompleks, ada ratusan molekul bioaktif yang dapat memenuhi bayi dari infeksi dan membantu dalam pembentukan sistem imun (kekebalan tubuh) yang kuat. Tujuan : Penelitian ini bertujuan mengetahui apakah ada pengaruh edukasi holistik pada ibu post partum terhadap keberhasilan pemberian ASI di Puskesmas Watampone. Metode Penelitian : Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan *quasi-experimental design* dengan *pre and post test nonequivalent with control group design*. Hasil : Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan rata-rata nilai pengetahuan pada kelompok intervensi sebelum diberikan edukasi adalah 4,88 skor terendah 3 dan skor tertinggi 7 (total skor 10), sedangkan nilai rata-rata pada kelompok intervensi setelah dilakukan edukasi adalah 9,00. Sedangkan nilai rata-rata pengetahuan pada kelompok kontrol pre test adalah 4,82, sedangkan nilai rata-rata pengetahuan kelompok kontrol post test adalah 6,29. Ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian edukasi terhadap perubahan pengetahuan pada ibu post partum dalam pemberian ASI Eksklusif. Kesimpulan : Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada peningkatan pengetahuan ibu post partum terhadap pemberian ASI Eksklusif di UPT Puskesmas Watampone setelah dilakukan Edukasi.

**Kata Kunci:** ASI, Menyusui, Edukasi Holistik, Ibu Post Partum

## PENDAHULUAN

Masa nifas atau periode pasca partum merupakan masa 6 minggu sejak bayi lahir sampai organ-organ reproduksi kembali ke keadaan normal sebelum hamil. Masa nifas merupakan masa yang paling penting bagi bayi karena pada masa ini terbentuk proses laktasi dan menyusui dimana susu mulai di produksi oleh payudara ibu. Payudara akan otomatis berfungsi mengeluarkan ASI untuk pertama kalinya<sup>1</sup>.

ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi karena mengandung banyak zat dan faktor protektif yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan angka kematian bayi. Kandungan ini sangat lengkap dan kompleks, ada ratusan molekul bioaktif yang dapat memenuhi bayi dari infeksi dan membantu dalam pembentukan sistem imun (kekebalan tubuh) yang kuat<sup>2</sup>.

Pengetahuan ibu dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan ibu, semakin tinggi pula tingkat pengetahuannya terhadap manfaat dan keunggulan ASI. Selain itu ekonomi, sosial budaya, jumlah anak dan pengalaman akan membentuk perilaku terhadap pemberian ASI<sup>3</sup>.

Salah satu faktor yang menjadi alasan gagalnya pemberian ASI pada bayi di karenakan produksi ASI yang kurang atau sedikit di masa-masa laktasi. sebagian besar ibu memilih untuk beralih ke susu formula untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayinya. Ini menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan ibu tentang betapa pentingnya pemberian ASI kepada bayi sehingga penting di berikan edukasi holistik pada ibu<sup>4</sup>.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 melaporkan bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia hanya mencapai 37,3%, angka tersebut masih belum mencapai target Kementerian Kesehatan yang harus mencapai 80%<sup>5</sup>.

*World Health Organization* (WHO) menekankan dalam pemberian ASI dilakukan pada usia 0-6 bulan tanpa makanan tambahan apapun dan di lanjutkan dengan pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) dengan tetap menyusui bayi hingga berusia 2 tahun. Ibu postpartum terutama primipara sering mengalami masalah pada proses menyusui. Hal ini disebabkan kurangnya pengetahuan ibu. Antara lain kurang informasi yang diperoleh ibu dari tenaga kesehatan dan kurangnya kemampuan ibu dalam memahami informasi yang di peroleh, dan juga belum mempunyai pengalaman melahirkan<sup>6</sup>.

Ibu postpartum terutama primipara sering mengalami masalah pada proses menyusui. Hal ini disebabkan kurangnya pengetahuan ibu. Antara lain kurang informasi yang diperoleh ibu dari tenaga kesehatan dan kurangnya kemampuan ibu dalam memahami informasi yang di peroleh, dan juga belum mempunyai pengalaman melahirkan<sup>7</sup>.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan *quasi-experimental design* dengan *pre and post test nonequivalent control group design* untuk membandingkan tindakan yang dilakukan sebelum dan sesudah eksperimen, dan menggunakan jenis rancangan penelitian *Non-Equivalent Control group design*. Peneliti memberikan perlakuan pada kelompok studi tetapi sebelumnya dites dahulu (*pretest*) selanjutnya setelah perlakuan kelompok studi dites kembali (*posttest*)<sup>8</sup>.

## HASIL

Berikut adalah tabel yang menunjukkan bahwa terdapat kelompok intervensi, kelompok kontrol, pendidikan dan pekerjaan, hal tersebut diuraikan pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Karakteristik Responden N – 34

Kesetaraan	Karakteristik Intervensi	Kelompok Kontrol f	%	Kelompok Uji	%
0.955	Usia Dewasa Muda (18-40 Tahun)	14	82,4	13	76,5
	Dewasa Tua (> 40 Tahun)	3	17,6	4	23,5
	Pendidikan Terakhir				
0.835	SD/Sederajat	2	11,8	1	5,9
	SMP/Sederajat	4	23,5	4	23,5
	SMA/Sederajat Pekerjaan	11	64,7	12	79,6
0.377	PNS	5	29,4	3	17,6
	Swasta	11	64,7	12	70,6
	Wiraswasta	1	5,9	2	11,8

Tabel 1. Berdasarkan Tabel di atas menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi lebih banyak pada usia dewasa muda dengan presentase 82,4%, begitu juga dengan kelompok kontrol lebih banyak pada usia dewasa muda 76,5%. Selanjutnya untuk pendidikan pada kelompok intervensi lebih banyak pada pendidikan SMA/ sederajat dengan presentase 64,7%, dan pada kelompok kontrol juga lebih banyak yang berpendidikan SMA/ sederajat sebesar 79,6%. Kemudian untuk pekerjaan pada kelompok intervensi lebih banyak oleh swasta sebesar 64,7%, sedangkan responden pada kelompok kontrol juga lebih banyak dari swasta yaitu 70,6%.

Tabel 2. Pengetahuan ibu terhadap Pemberian ASI N = 34

Variabel	n	Mean	Min	Max	SD
Pengetahuan					
<i>Pre Test Intervensi</i>	17	4.88	3	7	1.219
<i>Post Test Intervensi</i>		9.00	8	10	0.707
<i>Pre Test Kontrol</i>	17	4.82	2	9	1.629
<i>Post Test Kontrol</i>		6.29	4	10	1.611

Tabel 2. Hasil dari tabel di atas menunjukkan bahwa hasil rata-rata pre test pengetahuan kelompok intervensi 4,88, nilai terendah 3 dan nilai tertinggi 7 dengan standar deviasi 1,219. Sedangkan rata-rata post test pengetahuan kelompok intervensi terjadi peningkatan menjadi 9,00, nilai terendah 8 dan nilai tertinggi 10 dengan standar deviasi 0,707. Sedangkan hasil rata-rata pre test pengetahuan dari kelompok kontrol 4,82, nilai terendah 2 dan nilai tertinggi 9 dengan standar deviasi 1,629. Rata-rata post test pengetahuan kelompok kontrol mengalami peningkatan 6,29, nilai terendah 4 dan nilai tertinggi 10 dengan standar deviasi 1,611

Tabel 3. Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan ibu dalam Pemberian ASI N = 34

Karakteristi	Kelompok Intervensi			Kelompok Kontrol		
	n	Mean	p Value	n	Mean	p
Pengetahuan						
<i>Pre Test</i>	17	4.88	0.007	17	4.82	0.010
<i>Post Test</i>		9.00			6.29	

Tabel 3. Berdasarkan Tabel di atas didapatkan bahwa pada kelompok intervensi untuk nilai p Value pengetahuan 0,007, sedangkan pada kelompok kontrol di dapat nilai p value pengetahuan 0,010. Jadi berdasarkan hasil dari tabel di atas menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan setelah diberikan edukasi pada kedua kelompok tersebut. Namun berdasarkan nilai rata-rata kelompok intervensi lebih tinggi jika dibandingkan dengan kelompok kontrol.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan rata-rata nilai pengetahuan pada kelompok intervensi sebelum diberikan edukasi adalah 4,88 skor terendah 3 dan skor tertinggi 7 (total skor 10), sedangkan nilai rata-rata pada kelompok intervensi setelah dilakukan edukasi adalah 9,00. Sedangkan nilai rata-rata pengetahuan pada kelompok kontrol pre test adalah 4,82, sedangkan nilai rata-rata pengetahuan kelompok kontrol post test adalah 6,29. Ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian edukasi terhadap perubahan pengetahuan pada ibu post partum dalam pemberian ASI Eksklusif.

Ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurleni (2017) menunjukkan bahwa ibu dengan pengetahuan baik memiliki peluang memberikan ASI Eksklusif 13 kali lebih besar bila dibandingkan ibu dengan pengetahuan kurang. Dengan adanya pemahaman ibu yang baik mengenai pentingnya ASI Eksklusif dapat meningkatkan perilaku ibu yang positif dalam memberikan ASI Eksklusif<sup>9</sup>.

Pengetahuan adalah suatu hasil tahu dari manusia atas penggabungan atau kerjasama antara suatu subyek yang mengetahui dan objek yang diketahui. Segenap apa yang diketahui tentang sesuatu objek tertentu (Sumantri, Y.N, & Arini, B 2018). Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimiliki (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Jadi pengetahuan adalah begbagai macam hal diperoleh oleh seseorang melalui panca indera<sup>10</sup>.

Setia Sihombing (2018) dalam penelitiannya menyebutkan semakin tinggi tingkat pendidikan ibu, semakin tinggi jumlah ibu yang memberikan ASI pada bayinya. Hal ini dikarenakan ibu yang berpendidikan tinggi umumnya memiliki pengetahuan yang berkualitas sehingga ibu yang

berpendidikan tinggi lebih banyak mengetahui tentang ASI Eksklusif sehingga memperbesar kemungkinan ibu untuk memberikan ASI Eksklusif pada bayinya<sup>11</sup>.

Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba (Notoatmojo, 2012).<sup>12</sup> Pengetahuan seseorang dapat dikategorikan menjadi 2 kategori, yaitu pengetahuan tinggi apabila memiliki nilai > 76% dan dikategorikan berpengetahuan rendah apabila nilai yang didapat < 76% (Buenechea, 2018)<sup>13</sup>.

## SIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada peningkatan pengetahuan ibu post partum terhadap pemberian ASI Eksklusif di UPT PKM Watampone setelah dilakukan Edukasi. Semakin tinggi pengetahuan responden maka semakin besar kemungkinan untuk memberikan ASI Eksklusif terhadap bayinya.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Kusumastuti dkk. Kombinasi Pijat Woolwich Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI dan Involusi Uterus pada Ibu Post Partum. Yogyakarta: Fitramaya;2017.
2. Lutfiana dan Sari, P. Rahasia Sukses Mengoptimalkan produksi ASI Best Practice”Kombinasi Hypnobreastfeeding dan Pijat Oksitosin”. Yogyakarta : Fitramaya;2017.
3. Eni, R. Hubungan tingkat pengetahuan ibu menyusui dengan pemberian asi pertama(kolostrum) di rumah bersalinan-nissa Surakarta;2011..
4. Carlson, C. Ilmu Kesehatan Masyarakat untuk Mahasiswa Kebidanan. Jakarta : EGC;2011..
5. Riskesdes. Riset Kesehatan Dasar; 2018.
6. Nurhayati, F dan Nurlatifah, S. *Hubungan Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Pemberian ASI Perah Dengan Pendidikan Di Wilayah Kerja Puskesmas Cimahi Tengah*. Midwife Journal. 4(02): 11-15; 2018.
7. Nurhayati, F dan Nurlatifah, S. *Hubungan Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Pemberian ASI Perah Dengan Pendidikan Di Wilayah Kerja Puskesmas Cimahi Tengah*. Midwife Journal. 4 (02): 11-15; 2018.
8. Notoatmojo. Metodologi Penelitian Kesehatan, Jakarta : Rineka Cipta; 2012.
9. Nurleli. Hubungan antara Motivasi dengan Perilaku Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif. Jurnal SKM, 2014, 4 (6); 2017
10. Ns. Anisa Oktawati, M.Kep, Ns. Erna Julianti, M.Kep, Regina Natalia, S.Kep., Ns. Pedoman Pelaksanaan Posyandu. Yogyakarta : Nuha Medika. 2016.
11. Nursalam dan Pariani, S. *Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta : CV sagung Seto. 2001.
12. Nursalam, Susilaningrum Rekawati, Utami Sri. *Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak (untuk Perawat dan Bidan). Cetakan Kedua*. Jakarta : Medika Salemba. 2008.
13. Rusmil, K, dkk. Wabah Difteri di Kecamatan Cikalong Wetan, Kabupaten Cianjur, Jawa Barat, Indonesia. Jurnal Sari Pediatri, Vol.12, No.6. 2011.
14. Setia Sihombing. Hubungan Pekerjaan dan Pendidikan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Hinai Kiri. Jurnal Bidan, 2018, Vol.5 (1); 2018.
15. Notoatmojo. Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Pustaka Baru Press; 2018.