EDUKASI TEKNIK MEMERAH, MENYIMPAN DAN MENYIAPKAN ASI YANG BENAR PADA IBU MENYUSUI YANG BEKERJA DI SMAN I PAGELARAN

Technical Education Of Milking, Saving and Preparing Correct Breastfeeding in Breastfeeding Mother Working

Wahyu Widayati
Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu
wahyuwidayati@umpri.ac.id

ABSTRAK

Praktik ASI ekslusif masih jauh dari 90% di sebagian besar Negara berkembang, bahkan durasi menyusui sangat pendek dan data dari SDKI menunjukkan masih cakupan ASI ekslusif tahun 2012 di Indonesia baru mencapai 27%. Tingginya angka kegagalan menyusui pada ibu bekerja terjadi setelah selesai cuti bersalin terutama pada ibu menyusui yang bekerja disektor formal karena status kepegawaiannya mengikuti standar aturan hukum yang jelas bagi perkantoran atau perusahaan yang bersangkutan. Seperti pada SMA N 1 Pagelaran dimana terdapat 50% adalah pekerja ibu – ibu baik guru dan staf yang masih berada pada usia produktif dan menyusui. Pengabdian masyarakt ini bertyujuan untuk menuingkatkan pengetahuan ibu - ibu menyususi yang berkerja di SMA N 1 Pagelaran dengan tehnik demontrasi pemberian edukasi teknik memerah, menyimpan dan menyiapkan ASI yang benar. Hasil dari pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah didapatkan bahwa sebagian besar peserta pengabdian masyarakat meningkat pengetahuannya tentang teknik memerah, menyimpan dan memberikan ASI kepada anaknya.

Kata Kunci: Edukasi Memerah, Menyimpan dan Menyiapkan ASI

ABSTRACT

The practice of exclusive breastfeeding is still far from 90% in most developing countries, even the duration of breastfeeding is very short and data from the IDHS show that exclusive breastfeeding in 2012 in Indonesia only reached 27%. The high rate of failure to breastfeed in working mothers occurs after maternity leave, especially for breastfeeding mothers who work in the formal sector because their employment status follows clear legal standards for the office or company concerned. As in SMA N 1 Pagelaran where 50% are working mothers, both teachers and staff who are still at the productive and breastfeeding age. This community service aims to increase the knowledge of breastfeeding mothers who work at SMA N 1 Pagelaran with dem,onstration technique, providing education on how to express, store and prepare correct breast milk. The result of the implementation of this community service participants have increased their knowledge of techniques for expressing, storing and giving breast milk to their children.

Keywords: Education Expressing, Storing and Preparing Breastmilk

PENDAHULUAN

ABSTRAK

Praktik ASI ekslusif masih jauh dari 90% di sebagian besar Negara berkembang, bahkan durasi menyusui sangat pendek (Coutinho SB et al., 2005) data dari SDKI menunjukkan cakupan ASI ekslusif tahun 2012 di Indonesia baru mencapai 27% (KemenKes RI, 2013) hal ini masih jauh dari rata-rata dunia yang mencapai 34,8%. Ditambah lagi hanya setengahnya (49,3%) yang melakukan praktik Inisiasi Menyusu Dini (IMD) pada satu jam padahal berdasarkan penelitian pertama, Edmond 2006 menunda Inisiasi dapat

meningkatkan resiko mortalitas neonatal sampai 4 kali lipat.(Edmond KM et al., 2006).

Berdasarkan pencatatan dan pelaporan dari Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA tahun 2012 cakupan ASI Ekslusif di provinsi Lampung sebesar 44,8% dengan target 67%.(Dirjen Bina Gizi dan KIA, 2012) Sedangkan cakupan ASI Ekslusif di Kabupaten Pringsewu Lampung adalah 52,6%. Meskipun cakupan ASI di kabupaten Pringsewu lebih tinggi dari rata-rata provinsi, namun masih belum memenuhi target indikator nasional yang diharapkan yaitu 67%.(Dirjen Bina Gizi dan KIA, 2012).

Tingginya angka kegagalan menyusui pada ibu bekerja terjadi setelah selesai cuti bersalin terutama pada ibu menyusui yang bekerja disektor formal karena status kepegawaiannya mengikuti standar aturan hukum yang jelas bagi perkantoran atau perusahaan yang bersangkutan, yaitu Undang-Undang (UU) No.13 Tahun 2003 dan Peraturan Pemerintah (PP) No.24 Tahun 1976 berbunyi pekerja perempuan berhak memperoleh cuti bersalin satu bulan sebelum melahirkan dan dua bulan setelah melahirkan.(Anak. 2012. Dahroni SS and Murtiningsih, 2013, Indonesia, 1976, Indonesia, 2003) Hal ini sesuai dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa cuti bersalin enam minggu atau enam minggu sampai 12 minggu akan berdampak empat kali lipat dan dua kali lipat lebih tinggi kegagalan dalam pemberian ASI Eksklusif sehingga akan berpengaruh negatif pada intensitas kontak dengan bayi dan durasi menyusui berkurang terutama pada ibu bekerja disektor formal yang disebabkan oleh kurangnya dukungan tempat kerja.

Berdasarkan latarbelakang diatas maka kami akan melakukan pengabdian masyarakat pada ibu pekerja yang menyusui dengan tema Edukasi Teknik Memerah, Menyimpan Dan Menyiapkan ASI Yang Benar Pada Ibu Menyusui Yang Bekerja Di SMA 1 PAGELARAN yang dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan memotivasi ibu untuk melanjutkan ASI pada anaknya.

METODE

Ditulis Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menambah pengetahuan, keterampilan dan sarana tentang teknik memerah menyimpan dan menyiapkan ASI yang benar pada Ibu Menyusui. Metode pengabdian masyrakat dengan cara demontrasi dan sokratik yaitu diberikan penjelasan dan demonstarasi terlebih dahulu kepada peserta pengabdian yang dalam hal ini adalah para ibu pekerja yang sedang menyusi yang bekerja pada SMA N I Pagelaran Pringsewu, pengabdian masyarakat dilakukan dengan cara memberikan pre dan post test. Pelaksanaan ini

melibatkan mahasiswa program studi DIII Kebidanan. Jumlah peserta pengabdian masyarakat ini adalah 5 guru SMA dan 5 staff yang bersedia. Media yang digunakan adalah materi teknik memerah, menyimpan dan menyiapkan ASI yang benar yang dituangkan dalam poster dan SAP.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Hasil darin proses pengabdian masyarakat ini adalah didapatkan bahwa sebagian besar peserta pengabdian masyarakat meningkat pengetahuannya tentang teknik memerah, menyimpan dan memberikan ASI kepada anaknya. Hasil ini dibuktikan pada saat redemontrasi dan post test pada seluruh peserta pengabdfian masyarakat, yaitu sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik yang dari pre test 35% dan pada saat post test menjadi 85% pengetahuannya baik dan 15% berpengetahuan sedang.

PEMBAHASAN

Proses pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui beberapa tahapan vaitu: Terlebih dahulu bersama dengan panitia dan pihak institusi melakukan rapat koordinasi dalam waktu pelaksanaan pengabdian masyarakat. Bersama dengan pihak panitia menyiapkan tempat dan melakukaan persamaan persepsi. Melakukan pelatihan cara Edukasi Teknik Memerah, Menyimpan Dan Menyiapkan ASI Yang Benar Pada Ibu Menyusui Yang Bekerja. Panitia bersama peserta melakukan pemasangan poster dan perangkat memerah ASI. Melakukan Edukasi Teknik Memerah, Menyimpan Dan Menyiapkan ASI Yang Benar Pada Ibu Menyusui Yang Bekerja Panitia bersama dengan peserta memberikan kesempatan untuk ibu-ibu yang bekerja Di SMAN 1 Pagelaran mempraktikan Teknik Memerah, Menyimpan Dan Menyiapkan ASI Yang Benar Pada Ibu Menyusui Yang Bekerja yang benar. Panitia bersama peserta melakukan evaluasi tentang kemampuan dalam Teknik Memerah, Menyimpan Dan Menyiapkan ASI Yang Benar Pada Menyusui Bekerja. Ibu Yang

Membimbing ibu – ibu dalam teknik Memerah, Menyimpan Dan Menyiapkan ASI Yang Benar Pada Ibu Menyusui Yang Bekerja.

pelaksanaan bersama dengan **Proses** Mahasiswa yang ikut dalam implementasi pengabdian. Mahasiswa lebih berperan dalam kegiatan pengabdian masyarakat dengan memberikan pelatihan kepada guru dan staff Di SMAN 1 Pagelaran. Sebelum diberikan materi, ibu guru dan staff mengisi lembar kuesioner tentang teknik memerah dan menyimpan ASI. Didapatkan bahwa sebagian besar ibu guru dan staff berpengetahuan menengah 11(55%), sedangkan sisanya berpengetahuan tinggi 6(30%) dan rendah 7(15%). Materi disampaikan sesuai dengan perencanaan kepada staf dan karyawan Di SMA N 1 Pagelaran.

Setelah itu, Ibu guru dan Staff diajarkan teknik memerah, menyimpan dan Memberikan ASI pada ibu yang bekerja, dimulai dari penjelasan pentingnya ASI Eksklusif yaitu Pada hari selanjutnya, beberapa ibu guru dan staf dapat mempraktikkan teknik memerah, menyimpan dan memberikan ASI pada ibu bekerja dengan dibantu alat peraga yang disediakan oleh panitia. Sejalan dengan uraian yang dijelaskan oleh Maulana (2009) bahwa alat peraga yang digunakan dalam pendidikan kesehatan dapat mengarahkan pancaindra responden sebanyak mungkin pada suatun objek, sehingga memudahkan responden dalam memahami materi yang disampaikan. Diakhir pelatihan, panitia menyediakan post test kepada peserta untuk mengisi kuesioner pengetahuan tentang teknik memerah. menyimpan dan memberikan ASI pada ibu bekerja. Didapatkan bahwa sebagian besar guru dan staff berpengetahuan tinggi. Hal ini sesuai dengan uraian yang dijelaskan oleh Hemi Nursita pada penelitiannya tahun 2019 pemberian pendidikan kesehatan dengan metode explicit instruction terbukti berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang teknik menyusui. Pada proses evaluasi didapatkan hasil yaitu pada saat pelaksanaan tidak ditemukan hambatan berarti, hanya saja dosen pengabdi harus mahasiswa dan

menyesuaikan dengan jadwal kegiatan di SMAN 1 Pagelaran.

Gambar 1 Proses Pelaksanaan Pengabdian

Masyarakat



KESIMPULAN

Pendidikan kesehatan teknik memerah, menyimpan dan menyiapkan ASI pada bayi bagi ibu menyusui yang berkerja dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan ibu dalam proses pemberian ASI Eksklusif. Dari seluruh peserta pengabdian masyarakat ini sebanyak 85% pengetahuannya baik dan 15% berpengetahuan sedang.

DAFTAR PUSTAKA

- S. Coutinho, P. Lira, M. Lima, and A. Ashworth. (2005) "Comparison Of The Effect Of Two Systems for The Promotion of Exclusive Breasfeeding, "Lancet, Vol. 7, No. 366,
- Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2012. (2013). In: Ditjen Bina Gizi dan KIA, editor. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- K. Edmond, C. Zandoh, M. Quigley, S. Etego, S. Agyei, and B. Kirkwood. (2006). "Delayed Breasfeeding Initiation Increased Risk of Neonatal Mortality," Pediatric, vol.117, no 6.
- R. Indonesia, Undang undang No 13 Tahun 2003. (2003) Indonesia
- Maulana, H (2009). Promosi Kesehatan. Jakarta:EGC.