

Manajemen Laktasi Untuk Sukses Asi Eksklusif Guna Mencegah Stunting

Febri Adriati¹, A.Nisrina²

^{1,2} STIKes Panca Bhakti

E-mail: febri@pancabhakti.ac.id

Abstract

Nutritional and food adequacy is one of the most important factors in developing the quality of human resources, serving as an indicator of a nation's development success. In this regard, nutrition influences intelligence and productivity in human resources. In practice, there are numerous challenges to providing exclusive breastfeeding, and effective lactation management is one critical way to support this effort. Method: Community service conducted at the Karisma Panjang Maternity Clinic took place on September 28, 2024. This community service activity proceeded as planned. Counseling was provided to pregnant women preparing for breastfeeding and to mothers who were currently breastfeeding. Before starting the counseling session, participants were given a pre-test consisting of a questionnaire with 20 items to measure their knowledge about lactation management. During the counseling process, some mothers were unaware of what lactation management is. Therefore, the solution offered was to encourage mothers to participate in and listen to the explanation about lactation management to support exclusive breastfeeding. Results: The effectiveness of the counseling provided to pregnant and breastfeeding mothers had a positive impact.. The counseling activities about lactation management should be continued in the future, targeting all pregnant and breastfeeding mothers to support exclusive breastfeeding in Bandar Lampung.

Keywords: Breastfeeding, Exclusive Breastfeeding, Lactation Management

Abstrak

Kecukupan gizi dan pangan merupakan salah satu faktor terpenting dalam mengembangkan kualitas sumber daya manusia, sebagai indikator keberhasilan pembangunan suatu bangsa. Dalam hal ini gizi memiliki pengaruh terhadap kecerdasan dan produktivitas kerja sumber daya manusia. Salah satu masalah kekurangan gizi yang masih cukup tinggi di Indonesia adalah pendek (stunting). Dalam pelaksanaannya, pemberian ASI Eksklusif banyak sekali kendala, yang menyebabkan kegagalan dalam pemberian ASI Eksklusif, dimana manajemen laktasi merupakan salah satu cara yang sangat mendukung dalam pemberian ASI Eksklusif. Metode: Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di Klinik Bersalin Karisma Panjang dilakukan pada tanggal 28 September 2024. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan sesuai dengan yang sudah direncanakan. Penyuluhan diberikan kepada ibu-ibu hamil yang sedang persiapan menyusui dan ibu-ibu yang sedang menyusui. Sebelum memulai penyuluhan, peserta di berikan pre test berupa kuesioner dengan 20 item pertanyaan untuk mengukur pengetahuan peserta tentang manajemen laktasi. Dalam proses penyuluhan tersebut, sebagian ibu tidak mengetahui apa itu manajemen laktasi. Sehingga penyelesaian masalah yang diberikan adalah mengajak ibu untuk mengikuti dan mendengarkan penjelasan tentang apa itu manajemen laktasi untuk mendukung pemberian ASI Eksklusif. Hasil: efektivitas pemberian penyuluhan kepada ibu hamil dan ibu menyusui memberikan pengaruh yang positif. Kegiatan penyuluhan mengenai manajemen laktasi ini hendaknya dilanjutkan kedepannya dengan sasaran seluruh ibu hamil dan menyusui untuk mendukung pemberian ASI Eksklusif di kota Bandar Lampung.

Kata kunci: Menyusui, ASI Eksklusif, Management Laktasi

1. PENDAHULUAN

Kecukupan gizi dan pangan merupakan salah satu faktor terpenting dalam mengembangkan kualitas sumber daya manusia, sebagai indikator keberhasilan pembangunan suatu bangsa. Dalam hal ini gizi memiliki pengaruh terhadap kecerdasan dan produktivitas kerja sumber daya manusia. Saat ini Indonesia masih menghadapi permasalahan gizi yang berdampak serius terhadap kualitas sumber daya manusia (SDM). Salah satu masalah kekurangan gizi yang masih cukup tinggi di Indonesia adalah pendek (stunting). (Rahayu et al., 2018)

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan riwayat infeksi yang berulang. (Helmyati et al., 2020) Gambaran angka kejadian stunting berdasarkan Survei Status Gizi Bayi di Indonesia (SSGBI)

menunjukkan adanya penurunan prevalensi stunting. Meskipun terjadi penurunan angka stunting di Indonesia, yaitu terjadi penurunan dari 24.4% di 2021 menjadi 21.6% di 2022 namun angka tersebut masih cukup tinggi karena Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah menetapkan tujuan agar angka stunting tidak melebihi 20%.(Kemenkes, 2022)

Dampak dari kejadian stunting ini anak mengalami gagal tumbuh, dimana anak akan menjadi kurus, pendek, kecil atau kerdil. Selain itu dampak anak pada saat dewasa dapat mengalami gangguan metabolic.(Achjar et al., 2024) Gangguan metabolic merupakan suatu keadaan dimana terdapat masalah dalam proses metabolisme tubuh manusia, ketika seseorang mengalami masalah gangguan metabolisme tubuh itu berarti proses metabolisme baik katabolisme maupun anabolisme didalam tubuh terganggu. dimana metabolisme tubuh itu sendiri merupakan suatu rangkaian pengelolaan mulai dari nutrisi yang dimakan, menjadi energy yang digunakan oleh tubuh untuk beraktifitas. Contoh dari gangguan metabolisme tubuh yaitu diabetes, obesitas, stroke, penyakit jantung dan penyakit tidak menular lainnya.(PhDN et al., 2024)

Stunting disebabkan karena masalah asupan gizi yang dikonsumsi selama kandungan maupun masa balita.(WHO, 2022) Kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum masa kehamilan, serta masa nifas, terbatasnya layanan kesehatan seperti pelayanan antenatal, pelayanan post natal dan rendahnya akses makanan bergizi, rendahnya akses sanitasi dan air bersih juga merupakan penyebab stunting.(Yanti et al., 2020) Multifaktor yang sangat beragam tersebut membutuhkan intervensi yang paling menentukan yaitu pada 1000 HPK (1000 hari pertama kehidupan) selain itu juga pemberian ASI eksklusif. Pemberian ASI Eksklusif merupakan salah satu faktor penyebab stunting, dimana ASI eksklusif merupakan pemberian ASI saja tanpa makanan pendamping atau makanan tambahan selama 6 bulan pertama. (SKM, 2019) adapun manfaat dari pemberian ASI Eksklusif yaitu meningkatkan daya tahan tubuh, sebagai nutrisi dan meningkatkan kecerdasan meningkatkan kecerdasan. (Roesli, 2000)

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan dalam pemberian ASI Eksklusif dengan kejadian stunting pada balita, dimana balita yang tidak diberikan ASI Eksklusif berpeluang mengalami stunting lebih besar dibandingkan dengan balita yang diberikan ASI Eksklusif. Pemberian ASI Eksklusif dapat menurailah resiko terjadinya stunting.(*View of Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita.Pdf*, n.d.)

Management laktasi merupakan salah satu cara atau solusi sukses dalam pemberian ASI Eksklusif pada bayi. Dimana management laktasi merupakan salah satu cara yang sangat mendukung dalam pemberian ASI Eksklusif.(Rimawati & Suwardianto, 2020). Berdasarkan latar belakang diatas, penulis akan meakukan pengabdian masyarakat dengan tema “Management Laktasi Untuk Sukses ASI Eksklusif Guna Mencegah Stunting”

2. METODE

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan tentang Manajemen Laktasi Untuk Sukses ASI Eksklusif Guna Mencegah Stunting ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 28 September 2024. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan sesuai dengan yang sudah direncanakan. Penyuluhan diberikan kepada ibu-ibu yang sedang hamil sebagai mempersiapkan menyusui dan ibu yang sedang menyusui. Sebelum memulai penyuluhan, peserta diberikan *pre test* berupa kuesioner dengan 20 item pertanyaan untuk mengukur pengetahuan peserta tentang manajemen laktasi. Dalam proses penyuluhan tersebut, sebagian ibu tidak mengetahui apaitu manajemen laktasi. Sehingga penyelesaian masalah yang diberikan adalah mengajak ibu balita untuk mengikuti dan mendengarkan penjelasan mengenai manajemen laktasi. Dalam penyuluhan tersebut terjadi proses diskusi antara pemberi materi dengan peserta. Sehingga peserta bisa mendapatkan informasi tentang

management laktasi. Setelah dilakukan penyuluhan, peserta diarahkan untuk menyelesaikan soal *post test* berupa kuesioner dengan 20 item pertanyaan. Penyuluhan mengenai management laktasi ini tujuannya untuk, meningkatkan pengetahuan mengenai management laktasi sehingga sukses dalam pemberian ASI Eksklusif guna pencegahan stunting.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan pemberian kuesioner *pre test*, materi penyuluhan, diskusi dengan peserta dan pemberian kuesioner *post test* kepada para peserta terkait management laktasi yang mereka ketahui. Berikut hasil kegiatan penyuluhan ini dapat diukur dari table 1 di bawah ini :

Tabel 1. Hasil Kegiatan Penyuluhan

Variabel	Pre Test		Post Tes	
	Frekuensi (f)	Presentase (%)	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Pengetahuan Baik	3	20%	9	60%
Cukup	5	33%	6	40%
Kurang	7	47%	0	0%
Total	15	100%	15	100%

Dapat dilihat bahwa efektivitas pemberian penyuluhan tentang management laktasi kepada ibu hamil sebagai persiapan menyusui dan ibu yang sedang menyusui memberikan pengaruh yang positif. Sehingga hal ini dapat menjadi keberlanjutan untuk menyampaikan informasi-informasi kepada masyarakat khususnya ibu hamil yang akan mempersiapkan menyusui dan sedang menyusui untuk sukses dalam pemberian ASI Eksklusif. Penyuluhan seperti ini pun dapat dibuat menjadi program yang rutin di Puskesmas, melihat dari hasil pretest sebelum diberikan penyuluhan peserta belum mengetahui tentang apa itu management laktasi . Walaupun kegiatan ini sudah masuk ke dalam program di Puskesmas akan tetapi perlu diadakan penyuluhan rutin karena akan dapat membantu masyarakat dalam memahami tentang ASI Eksklusif dan management ASI Eksklusif.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Manaement Laktasi

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang management laktasi ini sebanyak 15 orang. Pemberian penyuluhan management laktasi ini dapat membantu meningkatkan pengetahuan dan minat ibu hamil dan menyusui untuk memberikan ASI Eksklusif pada bayi nya. Kegiatan penyuluhan mengenai management laktasi ini hendaknya dilanjutkan kedepannya dengan sasaran seluruh ibu hamil dan menyusui di Kota Bandar Lampung sebagai upaya dalam keberhasilan pemberian ASI Eksklusi guna pencegahan Stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Achjar, K. A. H., *et.all.* (2024). *Stunting*. PT. Green Pustaka Indonesia.
- Helmyati, S., Atmaka, D. R., Wisnusanti, S. U., & Wigati, M. (2020). *Stunting: Permasalahan dan Penanganannya*. UGM PRESS.
- Kemendes. (2022). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*.
- PhDN, C. S. *et.all.* (2024). *Stunting, Solusi Dan Pencegahannya*. Media Pustaka Indo.
- Rahayu, A., Km, S., Ph, M., Yulidasari, F., Km, S., Ph, M., Putri, A. O., Km, S., Kes, M., Angraini, L., & Km, S. (2018). *Study Guide – Stunting Dan Upaya Pencegahannya Bagi Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*.

- Rimawati, & Suwardianto, H. (2020). *Manajemen Laktasi dan Tatalaksana Tersedak pada Anak*. Lembaga Chakra Brahmana Lentera.
- Roesli, U. (2000). *Mengenal ASI eksklusif*. Niaga Swadaya.
- SKM, E. L. (2019). *Asi Eksklusif*. Yayasan Jamiul Fawaid.
View of Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita.pdf. (n.d.).
- WHO. (2022). <https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/gho-jme-stunting-prevalence>
- Yanti, N. D., Betriana, F., & Kartika, I. R. (2020). Faktor Penyebab Stunting Pada Anak: Tinjauan Literatur. *REAL in Nursing Journal*, 3(1), 1.
<https://doi.org/10.32883/rnj.v3i1.447>