



EDUKASI POSISI DAN PERLEKATAN PADA SAAT MENYUSUI DALAM UPAYA MENINGKATKAN KEBERHASILAN ASI EKSKLUSIF

Syajaratuddur Faiqah¹, Baiq Yuni Fitri Hamidiyanti²

^{1,2} Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Mataram, Indonesia

Genesis Naskah:

Diterima 3 Agustus 2021; Disetujui 30 Oktober 2021; Di Publikasikan 30 November 2021

Abstrak

Air Susu Ibu (ASI) sudah menjadi salah satu program dari *World Health Organization* (WHO) bagi anak sejak dilahirkan sampai bayi mampu mencerna asupan lain setelah usia enam bulan. Zat-zat yang terkandung dalam ASI dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan syaraf dan otak, dan untuk kekebalan tubuh bayi terhadap beberapa penyakit serta mewujudkan ikatan emosional antara ibu dan bayinya. Data Riset Kesehatan Dasar dijelaskan bahwa 67,5% ibu gagal memberikan ASI eksklusif kepada bayinya karena kurangnya pemahaman ibu tentang teknik menyusui yang benar, sehingga puting susu sering lecet dan retak. Untuk mencapai keberhasilan menyusui diperlukan pengetahuan mengenai tehnik-tehnik menyusui yang benar. Indonesia menunjukkan persentase pemberian ASI saja dalam 24 jam terakhir semakin menurun seiring meningkatnya umur bayi dengan persentase terendah pada anak umur 6 bulan (30,2%). Adapun proses mulai menyusu pada anak 0-23 bulan pada tahun 2010 dan 2013 bahwa proses IMD (Inisiasi Menyusu Dini) kurang dari satu jam mengalami peningkatan dari 29,3 % (2010) menjadi 34,5 % (2013). Persentase nasional tahun 2013 proses mulai menyusu kurang dari satu jam (IMD) setelah bayi lahir adalah 34,5%, dengan persentase tertinggi di Nusa Tenggara Barat (52,9%) dan terendah di Papua Barat (21,7%). Sedangkan tahun 2018 proses IMD setelah bayi lahir adalah 58,2%, dengan persentase di Nusa Tenggara Barat (58%). Berdasarkan masalah tersebut diatas perlu diberikan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan Ibu Hamil Tentang Posisi Dan Perlekatan Pada Saat Menyusui dalam upaya Meningkatkan Keberhasilan Asi Eksklusif di Kelurahan Dasan Cermen. Sasaran adalah ibu- ibu hamil di kelurahan Dasan Cermen sebanyak 18 orang. Hasil kegiatan edukasi dan demonstrasi tentang posisi dan perlekatan pada saat menyusui pada ibu hamil adanya respon positif dari peserta dengan bahwa yang berpengetahuan baik sebanyak 27,78 % saat dilakukan pre test menjadi 66,67 % pada saat post test. Sedangkan keterampilan baik pada saat pre test didapatkan 11,11% menjadi 44,44% pada saat post test

Kata Kunci: Edukasi; Posisi Menyusui; Perlekatan Menyusui.

BREAST FEEDING POSITION AND ATTACHMENT EDUCATION IN AN EFFORT TO INCREASE THE SUCCESS OF EXCLUSIVE BREAST FEEDING

Abstract

Breast Milk has become one of the programs from the World Health Organization (WHO) for children from birth until the baby is able to digest other intakes after six months. Substances contained in breast milk are needed for growth and development of nerves and brain, and for the baby's immunity, several diseases and emotional bonds between mother and baby. Basic Health Research Data explained that 67.5% of mothers did not give exclusive breastfeeding to their babies due to lack of understanding. mothers about the correct breastfeeding technique, so that the nipples are often cracked and cracked. To achieve successful breastfeeding requires knowledge of the correct breastfeeding techniques. Indonesia shows that breastfeeding alone in the last 24 hours has decreased with the age of the baby with the lowest proportion at the age of 6 months (30.2%). The process of starting breastfeeding in children 0-23 months in 2010 and 2013 that the IMD (Early Breastfeeding Initiation) process of less than one hour has increased from 29.3% (2010) to 34.5% (2013). The national percentage in 2013 starting breastfeeding in less than one hour (IMD) after the baby was born was 34.5%, with the highest percentage in West Nusa Tenggara (52.9%) and the lowest in West Papua (21.7%). While in 2018 the IMD process after the baby was born was 58.2%, with the proportion in West Nusa Tenggara (58%). Based on the problems mentioned above, it is necessary to provide health education to increase the knowledge of pregnant women about the position and attachment during breastfeeding in an effort to increase the success of exclusive breastfeeding in Dasan Cermen Village. The target is 18 pregnant women in Dasan Cermen village. The results of activities and demonstrations about position and attachment during breastfeeding for pregnant women showed a positive response from participants with good knowledge of 27.78% when the pre-test was carried out to 66.67% at the post-test. While good skills at the time of the pre test were obtained from 11.11% to 44.44% at the time of the post test

Keywords: Education; Breastfeeding Position; Breastfeeding Attachment .

Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) sudah menjadi salah satu program dari *World Health Organization* (WHO) bagi anak sejak dilahirkan sampai bayi mampu mencerna asupan lain setelah usia enam bulan. Zat-zat yang terkandung dalam ASI dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan syaraf dan otak, dan untuk kekebalan tubuh bayi terhadap beberapa penyakit serta mewujudkan ikatan emosional antara ibu dan bayinya (Sunartyo, dalam Erlin Retna Saraswati, 2014).

Air Susu ibu (ASI) adalah nutrisi terbaik pada awal usia kehidupan bayi. Pemberian ASI berarti memberikan zat-zat yang bernilai tinggi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan syaraf dan otak, memberikan zat-zat kekebalan terhadap beberapa penyakit serta mewujudkan ikatan emosional antara ibu dan bayinya (Sunartyo, dalam Erlin Retna Saraswati, 2014).

Teknik menyusui yang benar sering kali terabaikan, ibu kurang memahami tata laksana yang benar, misalnya pentingnya ASI, bagaimana ASI

keluar (fisiologis menyusui), bagaimana posisi menyusui dan perlekatan yang baik sehingga bayi dapat menghisap secara efektif. Jika hal ini tidak ditindaklanjuti akan berdampak pada pertumbuhan menjadi terhambat (Holmes, 2011).

Teknik menyusui yang baik dan benar dengan volume ASI dipengaruhi oleh waktu awal menyusui, frekuensi menyusui, kelengkapan pengosongan payudara pada setiap menyusui, posisi dari bayi saat menyusui, dan kemampuan bayi untuk menyusui efektif. Kecukupan ASI dapat diukur melalui respon bayi setelah disusui, frekuensi buang air kecil, buang air besar dan penurunan berat badan tidak lebih dari 7% dari berat lahir (Tri, 2009). Tidak maksimalnya proses menyusui akan berakibat kurang baik, karena isapan bayi sangat berpengaruh pada rangsangan produksi ASI selanjutnya. Namun sering kali ibu-ibu kurang mendapatkan informasi tentang manfaat menyusui yang benar (Roesli, 2009).

Menurut data Profil Kesehatan Indonesia pada tahun 2017 di provinsi NTB, persentasi bayi yang mendapatkan ASI eksklusif usia sampai 6 bulan sebesar 41,18%, usia 0-5

bulan sebesar 75,42%. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017).

Menurut SDKI 1997 hingga 2002, jumlah bayi usia 6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif menurun dari 7,9% menjadi 7,8%. Sementara itu, hasil SDKI tahun 2007 menunjukkan penurunan jumlah bayi yang mendapatkan ASI eksklusif hingga 7,2%. Pencapaian ASI eksklusif berdasarkan laporan SDKI 2013 adalah sebesar 42% dan Persentase bayi yang mendapat ASI eksklusif untuk umur bayi dibawah 6 bulan sebesar 41%, ASI eksklusif pada bayi umur 4-5 bulan sebesar 27%, dan melanjutkan menyusui sampai anak umur 2 tahun sebesar 55% (Kementerian Kesehatan RI, 2015)

Riskesdas 2010 juga melaporkan jumlah bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif sampai usia 6 bulan di Indonesia hanyalah sebanyak 15,3%, sedangkan target Indonesia sehat 2010 cakupan ASI Eksklusif adalah sebanyak 80%. Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, angka ASI eksklusif di Indonesia sebesar 37,3% dan di NTB sebesar 20,3%. (Riskesdas, 2010)

Menurut data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi NTB tahun 2017 menunjukkan bahwa cakupan pemberian ASI Eksklusif pada bayi rata-rata di Provinsi NTB tahun 2017 sebesar 77,66%, cakupan ini turun jika di dibandingkan dengan cakupan ASI Eksklusif tahun 2016 sebesar 86,63%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Mataram pada tahun 2018 Cakupan ASI Eksklusif (AE5) yaitu sebesar 50,66% diseluruh puskesmas Kota Mataram. Berdasarkan data dari Puskesmas Babakan cakupan K1 di Puskesmas Babakan pada Tahun 2017 sebesar 106,4%, sedang kan K4 sebesar 97%. Cakupan ASI Eksklusif sebesar 72,25%.

Data Riset Kesehatan Dasar dijelaskan bahwa 67,5% ibu gagal memberikan ASI eksklusif kepada bayinya karena kurangnya pemahaman ibu tentang teknik menyusui yang benar, sehingga puting susu sering lecet dan retak. Seorang ibu dengan bayi

pertama mungkin mengalami berbagai masalah, seperti cara menaruh bayi pada payudara ketika menyusui, isapan yang mengakibatkan puting terasa nyeri dan masalah lainnya. Untuk mencapai keberhasilan menyusui diperlukan pengetahuan mengenai tehnik-tehnik menyusui yang benar (Soetjingsih, 2010).

Bayi baru lahir perlu mendapatkan perawatan yang optimal, termasuk pemberian makanan yang ideal. Tidak ada makanan yang ideal selain ASI. UNICEF (*United Nation Children's*) dan WHO merekomendasikan kepada ibu untuk menyusui eksklusif selama 6 bulan kepada bayinya (Riskesdas, 2013).

Metode

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan merupakan salah satu upaya meningkatkan cakupan ASI Eksklusif di Kelurahan Dasan Cermen Kota Mataram. Kegiatan ini ini telah mendapatkan persetujuan dari Poltekkes Kemenkes Mataram dengan nomor LB.01.03/1.1/4597/2019. Kegiatan ini melibatkan ibu hamil. Metode pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan edukasi dan demonstrasi pada ibu hamil Kegiatan dilakukan pada November 2019, dengan metode brainstorming, demonstrasi dan praktek langsung cara menyusui yang benar (Posisi dan perlekatan).

Kegiatan ini dilakukan dengan peserta sejumlah 18 Ibu Hamil di Kelurahan Dasan Cermen Kota Mataram, Aspek Pengetahuan ibu hamil diukur dengan kuesioner dengan jumlah pertanyaan 20 item dan aspek keterampilan ibu hamil tentang posisi dan perlekatan diukur dengan ceklist sebanyak 11 item.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Peserta PkM pada Pre Test

Hasil evaluasi pre test dan post test tentang jenis-jenis posisi saat menyusui, posisi dan perlekatan yang tidak tepat, tanda – tanda posisi dan perlekatan yang tepat saat menyusui, serta akibat perlekatan yang salah, dapat dilihat dari tabel dibawah ini

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil peserta PkM berdasarkan Pre Test dan Post Test di Kelurahan Dasan Cermen Tahun 2019

Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	n	%	n	%
Baik	5	27,78	12	66,67
Cukup	7	38,89	5	27,78
Kurang	6	33,33	1	5,55
Total	18	100	18	100

Berdasarkan Tabel 4.1 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu peserta pengabdian kepada masyarakat berdasarkan hasil pre test sebagian ibu memiliki tingkat pengetahuan Cukup sebanyak 7 orang (38,89 %) Sebagian kecil memiliki pengetahuan kurang sebanyak 6 orang (33,33 %), sedangkan pada hasil post test didapatkan yang paling tinggi adalah pengetahuan baik sebanyak 12 orang (66,67%) dan yang paling kecil adalah pengetahuan kurang sebanyak 1 orang (5,55%)

2. Tingkat Keterampilan Ibu Hamil Peserta PkM pada Pre test dan Post Test

Untuk mengetahui materi pendidikan kesehatan tentang Posisi dan perlekatan pada saat menyusui dapat dipraktekkan oleh ibu-ibu peserta PkM dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 2. Distribusi Keterampilan Ibu Hamil peserta PkM berdasarkan Post Test di Kelurahan Dasan Cermen Tahun 2019

Keterampilan	Pre Test		Post Test	
	n	%	n	%
Baik	2	11,11	8	44,44
Cukup	7	38,89	7	38,89
Kurang	9	50,0	3	16,67
Total	19	100	19	100

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat keterampilan ibu peserta pengabdian kepada masyarakat berdasarkan hasil pre test sebagian besar ibu memiliki tingkat keterampilan kurang sebanyak 9 orang (50 %) Sebagian kecil memiliki keterampilan baik sebanyak 2 orang (11,11 %), sedangkan hasil post test didapatkan yang paling banyak keterampilan baik sebanyak 8 orang (44,44%) sedangkan yang paling sedikit keterampilan kurang sebanyak 3 orang (16,67%)

Edgar Dale, 1964 dalam Nursalam dan Efendi (2008) yang menyatakan bahwa dengan membaca atau mendengar seseorang akan mengingat 10% dari yang dibaca atau didengarnya seperti dalam bentuk leaflet, slide, booklet, dan sejenisnya, mendengar (tape atau pembicaraan orang lain), dan seseorang akan mengingat 90% dari apa yang ia kerjakan sendiri (biasanya menggunakan media yang mirip dengan objek yang sebenarnya/pengalaman yang nyata). Dari materi tersebut informasi tentang cara-cara menyusui yang baik dan benar lebih akan memperlihatkan hasil yang signifikan melalui metode demonstrasi. Setiawati (2008) mendefinisikan pendidikan kesehatan merupakan upaya untuk mempengaruhi orang lain, mulai dari individu, kelompok, keluarga dan masyarakat agar terlaksana perilaku hidup sehat. Dengan adanya pemberian pendidikan kesehatan diharapkan responden dapat merubah perilaku yang kurang sehat menjadi lebih sehat terutama tentang posisi dan perlekatan yang tepat saat menyusui sehingga tidak terjadi masalah-masalah pada ibu dan bayi. Hal tersebut selaras dengan hasil penelitian Romiyati (2015) yang berjudul hubungan pengetahuan ibu tentang tehnik menyusui dengan perilaku dalam pemberian ASI pada ibu menyusui diperoleh hasil terdapat hubungan pengetahuan ibu tentang tehnik menyusui dengan perilaku pemberian ASI dengan nilai *p-Value* 0,003 koefisien korelasi 0,483 dengan keeratan hubungan dalam kategori sedang.

Pemberian Pendidikan kesehatan (*healt education*) merupakan proses perubahan perilaku yang secara dinamis (Mubarak, 2009). Pengetahuan tentang penyakit dan pencegahannya yang diperoleh akan mempengaruhi

motivasi individu untuk berperilaku sehat, mempengaruhi persepsinya tentang kegawatan penyakit dan keuntungan perilaku tersebut. Dengan demikian dapat disimpulkan tingkat pengetahuan yang baik, maka posisi dan perlekatan saat menyusui akan tepat, apabila tingkat pengetahuan ibu kurang, maka posisi dan perlekatan akan kurang tepat

Kemampuan ibu dalam menyusui dengan teknik yang benar sangat mendukung dalam perilaku ibu dalam memberikan ASI kepada bayinya, kegagalan ibu pada saat memberikan ASI kepada bayinya karena disebabkan faktor ketidaktahuan ibu tentang cara-cara menyusui dengan benar, karena teknik menyusui dengan benar akan berpengaruh terhadap pemberian ASI pada bayinya. Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa ada pengaruh dari pendidikan kesehatan terhadap menyusui dengan baik dan benar. Peran tenaga kesehatan sangat penting, menurut Mubarak (2011) peranan awal bidan dalam pemberian ASI adalah meyakinkan bahwa bayi memperoleh makanan yang mencukupi dari ibu dan membantu ibu agar dapat menyusui bayinya sendiri. Dukungan bidan dalam pemberian ASI melalui inisiasi menyusu dini, mengajarkan cara merawat payudara sehat, serta membantu ibu saat pertama kali menyusui.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Shindy F (2019) didapatkan *p-value* sebesar 0,000. Nilai $p < 0,05$ artinya perbedaan yang signifikan antara posisi dan perlekatan saat menyusui sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang posisi saat menyusui pada ibu post partum normal. Dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap posisi dan perlekatan saat menyusui pada ibu post partum normal di RSUD Kota Mataram.

Sejalan dengan penelitian Laily (2011) yang menyatakan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui terhadap peningkatan

pengetahuan dan perilaku menyusui sebelum dan setelah intervensi ($p = 0,000$) yang artinya lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ ($0,000 < 0,05$) sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga ada pengaruh positif pemberian pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui terhadap perilaku menyusui ibu primipara, sehingga hasil *pre test* dan *post test* perilaku adalah signifikan.

Kesimpulan

Ada perubahan pengetahuan dan keterampilan sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan dan demonstrasi. Berdasarkan evaluasi didapatkan hasil bahwa yang berpengetahuan baik sebanyak 27,78 % saat dilakukan *pre test* menjadi 66,67 % pada saat *post test*. Sedangkan keterampilan baik pada saat *pre test* didapatkan 11,11% menjadi 44,44% pada saat *post test*

Daftar Pustaka

- DinKes Provinsi NTB, 2017. *Profil Kesehatan Provinsi NTB Tahun 2017*. Mataram: Kepala Dinas Kesehatan Provinsi NTB.
- Goyal. AS, Banginwar, Ziyu F, and Toweir A A. 2011. Breastfeeding practices: Positioning, attachment (latch-on) and effective suckling-Ahospital-based study in Libya. *J Family Community Med*. 2011 May-Aug; 18(2): 74-79 <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21897915>
- Himawati, Laily dan Retno M. 2011. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Teknik Menyusui Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Teknik Menyusui pada Ibu Primipara di BPS Kecamatan Kalibawang Kulonprogo. Skripsi*. STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Hurlock, E. B. 2006. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi kelima. Alih bahasa Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Kemenkes RI. 2016. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementrian Kesehatan. 2015. *Dukungan Ibu Bekerja Beri ASI Eksklusif*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI

- Maritalia, D. 2012. Riyadi, S (Ed). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mubarak, W.I., dkk. 2009. *Promosi Kesehatan Sebuah Pengantar Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Munawarah, Annisa. 2018. *Pengaruh Edukasi Teknik Menyusui Teknik Menyusui Terhadap Keefektifan Ibu Nifas dalam Menyusui di RS PKU Muhammadiyah*. Skripsi. Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Nanny, Vivian dkk. 2014. *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam 2011. *Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta: CV Infomedika.
- Proverawati, A. 2010. *Kapita Selekta ASI dan Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Purwanto. 2011. *Evaluasi Hasil Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Rahma, Laili. 2015. *Atribusi tentang Kegagalan Pemberian ASI pada Ibu Bekerja*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung.
- Rahmi. 2011. *Pengaruh Konseling Cara Menyusui Terhadap Praktik Menyusui dengan Benar*. KTI. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- RISKESDAS. 2018. *Riset Kesehatan Dasar 2018*. Jakarta.
- Roesli, U. 2013. *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta: Trubus Agi Widya.
- Roesli, U. 2012. *Panduan Konseling Menyusui Edisi Keempat*. Jakarta: Pustaka Bunda.
- Setiawati, S & Dermawan, A.C. 2008. *Proses Pembelajaran dalam Pendidikan Kesehatan*. Jakarta: TIM.
- Soetjningsih. 2010. *Pentingnya ASI bagi Ibu Menyusui*. Jakarta: Sagungseto.
- Sumaryani, Tri dkk. 2014. *Pengaruh Intervensi Teknik Perlekatan (Latch-On) pada Saat di Ruang Postpartum Terhadap Frekuensi Pemberian ASI tanpa MP-ASI Selama 3 Minggu Pertama Kelahiran*. Skripsi. Universitas Riau.
- WHO 2017. *Tracking progress for breastfeeding policies and programmes*. Breastfeeding score card.
- Widuri, H. 2013. *Cara Mengelola ASI Eksklusif bagi Ibu Bekerja*. Yogyakarta : Gusyen Publishing
- Wiji, R.N. 2013. Mulyani, N.S (Ed). *ASI dan Panduan Ibu Menyusui*. (Edisi Pertama). Yogyakarta: Nuha Medika.