

**MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU BEKERJA TENTANG ASI
EKSKLUSIF MELALUI EDUKASI KESEHATAN MEDIA ONLINE
DI PENITIPAN ANAK MITRA BUNDA KOTA BENGKULU**

**INCREASING WORKING MOTHERS' KNOWLEDGE ABOUT
EXCLUSIVE BREASTFEEDING THROUGH ONLINE HEALTH
EDUCATION MEDIA AT MITRA BUNDA CHILDCARE
IN BENGKULU CITY**

Tri Endah Suryani^{1)*}, Lolli Nababan²⁾, Nofri Heltiani³⁾

^{1,2,3)} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sapta Bakti, Bengkulu, Indonesia

*Corresponding author: triendah.suryani805@gmail.com

ABSTRAK

Air Susu Ibu (ASI) merupakan cairan alamiah yang mengandung banyak zat gizi yang dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi serta dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh sehingga anak terhindar dari risiko sakit. Pencapaian ASI Eksklusif khususnya di penitipan anak mitra bunda kota Bengkulu saat ini masih rendah yakni baru mencapai 30%. Rendahnya pencapaian ASI Eksklusif ini sangat dipengaruhi oleh kondisi ibu yang bekerja diluar rumah atau bekerja kantoran sehingga membuat ibu tidak dapat menyusui bayinya. Selain itu pengetahuan ibu terhadap pentingnya ASI Eksklusif dan ASI Perah masih kurang. Kesibukan ibu bekerja dan kurangnya pengetahuan membuat ibu lebih memilih susu formula yang lebih praktis untuk bayi. Berdasarkan hal tersebut maka perlu dilakukan pengabdian masyarakat dengan memberikan edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan ibu menyusui yang bekerja terhadap ASI Eksklusif serta meningkatkan ketrampilan ibu dalam menyiapkan ASI perah serta cara penyimpanan ASI menggunakan media online. Pengabdian dilakukan dengan cara ceramah untuk menjelaskan cara menggunakan media online, diskusi dan demonstrasi serta dilanjutkan evaluasi dengan post tes. Hasil pre test menggambarkan bahwa sebagian besar ibu (58%) memiliki pengetahuan cukup, 27% ibu dengan pengetahuan tinggi dan 15% ibu memiliki pengetahuan rendah tentang pentingnya ASI Eksklusif dan ketrampilan ibu dalam membuat ASI perah beserta cara penyimpanannya. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 12 Juli 2024 di penitipan anak Mitra Bunda Kota Bengkulu yang diikuti oleh 15 orang ibu menyusui. Setelah diberikan edukasi kesehatan dengan menggunakan media online didapatkan hasil 85% ibu memiliki pengetahuan tinggi dan 15% ibu memiliki pengetahuan cukup. Maka dapat di simpulkan bahwa edukasi kesehatan dengan menggunakan media online mampu meningkatkan keterampilan dan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif.

Kata Kunci: Asi Eksklusif, Edukasi Kesehatan, Media *Online*, Pengetahuan

ABSTRACT

Breast milk (ASI) is a natural fluid that contains many nutrients that can increase the growth and development of babies and can improve the immune system so that children are protected from the risk of illness. The achievement of Exclusive ASI, especially in the Mitra Bunda child care center in Bengkulu City, is currently still low, reaching only 30%. The low achievement of Exclusive ASI is greatly influenced by the condition of mothers who work outside the home or work in offices so that mothers cannot breastfeed their babies. In addition, mothers' knowledge of the importance of Exclusive ASI and Expressed ASI is still lacking. The busyness of working mothers and lack of knowledge make mothers prefer formula milk which is more practical for babies. Based on this, it is necessary to carry out community service by providing health education to increase the knowledge of working breastfeeding mothers about Exclusive ASI and improve mothers' skills in preparing expressed ASI and how to store ASI using online media. The service was carried out by means of lectures to explain how to use online media, discussions and demonstrations and continued evaluation with a post-test. The pre-test results illustrate that most mothers (58%) have sufficient knowledge, 27% of mothers have high knowledge and 15% of mothers have low knowledge about the importance of Exclusive Breastfeeding and mothers' skills in making expressed breast milk and how to store it. The activity was carried out on July 12, 2024 at the Mitra Bunda child care center in Bengkulu City which was attended by 15 breastfeeding mothers. After being given health education using online media, the results showed that 85% of mothers had high knowledge and 15% of mothers had sufficient knowledge. So it can be concluded that health education using online media can improve mothers' skills and knowledge about exclusive breastfeeding.

Keywords: *Exclusive Breastfeeding, Health Education, Knowledge, Online Media*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan cairan alamiah yang mengandung zat gizi optimal yang akan meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi, terutama pada bulan pertama kehidupan. ASI juga mengandung gizi yang dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh sehingga anak terhindar dari risiko sakit. WHO dan UNICEF merekomendasikan bayi hanya diberi ASI saja selama 6 bulan, pemberian ASI dimulai pada 1 jam pertama kehidupan (Alnasser et al., 2018).

Menurut Meiranny (2017) ASI merupakan sumber nutrisi bagi bayi yang paling murah secara ekonomi dan paling sempurna manfaatnya secara kesehatan bagi bayi. ASI memiliki banyak manfaat di antaranya dapat menstimulasi dan meningkatkan kekebalan tubuh bayi, mencegah bayi terserang penyakit, meningkatkan berat badan bayi agar ideal, meningkatkan perkembangan bayi secara kognitif dan lain sebagainya.

Bayi yang mendapatkan ASI memiliki kesehatan dan kemampuan lebih optimal, selain itu ASI juga membuat potensial emosi yang stabil dan memiliki perkembangan sosial yang baik (Roesli, Utami; penyunting Yuni Harlinawati, 2012). Pemberian ASI secara Eksklusif kepada bayi tidak saja menguntungkan untuk bayi, namun menguntungkan untuk keluarga, masyarakat, bahkan negara. Terlihat manfaat ASI untuk ibu salah satunya adalah mengurangi risiko kanker payudara dan ovarium.

Pemberian ASI Eksklusif mengurangi tingkat kematian bayi yang disebabkan berbagai penyakit yang umum menimpa anak-anak seperti diare dan radang paru (Wahyuni, 2012). Bayi dengan ASI Eksklusif akan memiliki daya tahan tubuh yang lebih kuat dibandingkan dengan bayi yang diberikan susu formula (Anita et al., 2021). ASI memberikan perlindungan kepada bayi terhadap berbagai penyakit terutama penyakit akibat infeksi.

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) pada tahun 2016 menunjukkan cakupan ASI eksklusif di dunia sebesar 36%. Capaian tersebut masih jauh dari target yang ditetapkan yaitu sebesar 50% (WHO, 2020). Di Indonesia, sebanyak 96% perempuan telah memberikan ASI dalam kehidupan mereka, namun hanya 42% bayi mendapatkan ASI Eksklusif. Jika dibandingkan dengan target yang ditetapkan oleh Kemenkes RI yaitu 80% maka capaian ASI eksklusif di Indonesia masih belum memenuhi target. Demikian pula halnya dengan Propinsi Bengkulu, menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2021, cakupan pemberian ASI eksklusif di Propinsi Bengkulu pada tahun 2021 sebesar 67,08%, capaian ini masih jauh dari target Kemenkes RI yaitu 80% (Kemenkes RI, 2021).

Pentingnya pemberian ASI Eksklusif terlihat dari peran dunia yaitu pada tahun 2006 WHO mengeluarkan Standar Pertumbuhan Anak yang kemudian diterapkan di seluruh dunia yang isinya adalah menekankan pentingnya pemberian ASI kepada bayi sejak lahir sampai berusia 6 bulan. Pasal 128 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan menyatakan bahwa setiap bayi berhak mendapatkan air susu ibu eksklusif sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, kecuali atas dedikasi medis dan selama pemberian air susu ibu, pihak keluarga, pemerintah, pemerintah daerah dan masyarakat harus mendukung ibu bayi secara penuh dengan penyediaan waktu dan fasilitas khusus. Sayangnya, sampai saat ini masih sedikit ibu yang memberikan ASI eksklusif (Roesli, Utami; penyunting Yuni Harlinawati, 2012)

Pencapaian ASI Eksklusif khususnya di penitipan anak Mitra Bunda Kota Bengkulu saat ini masih rendah yakni baru mencapai 30%. Faktor-faktor yang mempengaruhi rendahnya bayi yang mendapatkan ASI secara Eksklusif disebabkan oleh faktor-faktor yang berasal dari diri sendiri (internal) dan orang lain (Eksternal). Kurangnya pengetahuan ibu merupakan salah satu faktor internal yang menyebabkan ibu-ibu memberikan susu formula yang tidak sepenuhnya sesuai untuk kesehatan bayi (Meiranny, 2017).

Rendahnya pengetahuan dapat disebabkan karena ibu belum pernah mendapatkan informasi tentang manfaat ASI atau ibu hanya sebatas mendengar namun tidak bias melaksanakan ASI Eksklusif (Astuti, 2013). Pengetahuan ibu yang rendah, berdampak terhadap sikap ibu yang kemudian akan berpengaruh terhadap perilaku ibu dalam pemberian ASI. Ibu menyusui yang bekerja juga berpengaruh terhadap penurunan pemberian ASI secara Eksklusif.

Kesibukan ibu bekerja kantor atau bekerja di luar rumah membuat ibu tidak sempat memberikan ASI kepada bayinya. Pengetahuan dan ketrampilan ibu dalam pemberian ASI secara Eksklusif sangat penting dalam mendukung pemberian ASI secara Eksklusif. Meskipun ibu bekerja bayi tetap minum susu ibu yang sudah diperas dan dimasukkan dalam botol dan disimpan dalam fliser atau kulkas (Nirwana, 2014)

Untuk peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap serta perilaku ibu maka perlu dilakukan upaya berupa pemberian edukasi kepada pada ibu. Edukasi kesehatan merupakan langkah awal yang dapat dilakukan untuk pencegahan suatu masalah kesehatan dan dalam waktu jangka panjang dapat membantu mengatasi masalah kesehatan (Wardhani dkk, 2021). Edukasi kesehatan juga merupakan suatu usaha untuk menyediakan kondisi psikologis dan sasaran agar seseorang mempunyai pengetahuan, sikap dan keterampilan yang sesuai dengan tuntutan nilai-nilai kesehatan (Notoatmojdo S, 2012).

Dalam pemberian edukasi agar lebih efektif dan sesuai sasaran serta tujuan, maka diperlukan media yang menarik dan lebih mudah diterima oleh sasaran. Saat ini penggunaan smartphone tidak hanya dimanfaatkan sebagai alat untuk berkomunikasi, namun juga dapat digunakan sebagai media edukasi, menggunakan media elektronik berbasis android saat ini mulai sering digunakan karena dinilai lebih efektif untuk menyampaikan informasi dan pesan kepada masyarakat karena dapat dibaca dimana saja dan kapan saja selagi ada jaringan internet (Novita N, 2012).

METODE PELAKSANAAN

Edukasi kesehatan tentang ASI Eksklusif diberikan dengan menggunakan media online. Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu menyusui yang bekerja dan menitipkan anaknya di penitipan anak Mitra Bunda Kota Bengkulu sebanyak 15 orang, kegiatan ini telah dilaksanakan pada 12 Juli 2024.

Metode pelaksanaan dibagi menjadi tiga tahap diantaranya pada tahap I ini adalah tahap persiapan mulai dari koordinasi dengan pihak penitipan dan ibu yang menitipkan anaknya di penitipan anak mitra bunda untuk menyesuaikan jadwal pelaksanaan penyuluhan. Tahap ini dilanjutkan dengan menyiapkan tempat, alat dan media edukasi kesehatan dengan media online yaitu media weblog.

Tahap II adalah tahap pelaksanaan kegiatan penyuluhan, sebelum penyampaian materi dan demonstrasi, dilakukan pre test untuk mengetahui tingkat pemahaman ibu bekerja serta diakhiri dengan post test. tahap ini diawali dengan memberikan kuisioner pre test kepada 15 ibu, pemberian materi tentang sosialisasi penyuluhan menggunakan weblog, menjelaskan kepada ibu cara kerja weblog, informasi umum tentang ASI mulai dari definisi, manfaat, serta serba serbi tentang ASI eksklusif, edukasi tentang bagaimana cara penyajian dan penyimpanan ASI perah (ASIP), sesi diskusi, demonstrasi dan post test. Kegiatan ini dilakukan selama durasi 1 x 90 menit, dari pukul 08.00 sampai dengan pukul 09.30 wib.

Tahap III adalah tahap evaluasi. Aspek yang dievaluasi adalah pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif dan ASIP serta pengolahan data kuisioner pre test dan post test. Analisa data menggunakan uji Paired Sample Test, karena data berdistribusi normal. Pengolahan dan analisa data menggunakan bantuan SPSS, hal ini untuk mengetahui seberapa ibu memahami materi yang telah disampaikan. Keseluruhan dari tahap evaluasi membutuhkan durasi waktu 60-90 menit.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan telah dilakukan pada Jumat 12 Juli 2024 di penitipan anak Mitra Bunda Kota Bengkulu. Kegiatan penyuluhan diikuti oleh 15 peserta. Tema yang disampaikan adalah meningkatkan pengetahuan ibu bekerja tentang ASI eksklusif melalui edukasi kesehatan dengan menggunakan media online. Peserta dalam melaksanakan pengerjaan kuisioner pre test maupun post test sangat kondusif. Setelah selesai mengerjakan kuisioner pre tes maupun post test, selanjutnya nilai akan disajikan dalam bentuk distribusi, dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil pre test dan posttest

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------|----|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| Pre Test | 65 | 75 | 65 | 70 | 70 | 55 | 70 | 65 | 50 | 60 | 65 | 45 | 50 | 30 | 40 |
| Post Test | 90 | 100 | 95 | 90 | 80 | 90 | 90 | 70 | 70 | 90 | 80 | 70 | 90 | 70 | 90 |

Tabel 2. Hasil uji *test of normality*
Tests of Normality

| | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | |
|-----------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
| | Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig. |
| Pre Test | .259 | 15 | .025 | .910 | 15 | .212 |
| Post Test | .283 | 15 | .009 | .870 | 15 | .065 |

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan tabel output *test of normality* ada bagian uji *Shapiro-Wilk*, diketahui nilai Sig. untuk pre test sebesar 0.212 dan post test sebesar 0.065 maka disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Setelah mengetahui data berdistribusi normal, dilakukan uji *t paired test* untuk menganalisis pengaruh edukasi kesehatan dengan media online terhadap peningkatan pengetahuan ibu bekerja tentang ASI Eksklusif. Berikut ini adalah hasil uji *t paired test* dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Uji Paired Sample Test

| | | Paired Samples Test | | | | | | | |
|--------|----------------------|----------------------------|----------------|-----------------|---|---------|--------|----|-----------------|
| | | Paired Differences | | | | | t | df | Sig. (2-tailed) |
| | | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference | | | | |
| Pair 1 | | | | | Lower | Upper | | | |
| | Pre Test - Post Test | -21.667 | 8.616 | 2.487 | -27.141 | -16.192 | -8.711 | 11 | .000 |

Berdasarkan tabel 3 output diketahui nilai Sig. (2-tailed) adalah sebesar $0.000 < 0.05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata antara PreTest dan Post Test yang artinya ada pengaruh edukasi kesehatan dengan menggunakan media online dalam meningkatkan pengetahuan ibu bekerja tentang ASI Eksklusif dan ASIP.

Meningkatnya pengetahuan tentang ASI eksklusif dan ASIP pada ibu bekerja diharapkan dapat meningkatkan capaian pemberian ASI Eksklusif pada ibu bekerja. Pengetahuan dan ketrampilan ibu sangat penting dalam mendukung pemberian ASI secara Eksklusif. Meskipun ibu bekerja bayi tetap minum susu ibu yang sudah diperas dan dimasukkan dalam botol dan disimpan dalam fliser atau kulkas (Nirwana, 2014).

Dari sejumlah penelitian medis terakhir menyarankan bahwa bayi baru lahir hingga berumur 6 bulan hanya diberikan ASI saja, tanpa minuman maupun makanan pendamping apapun. Ibu bekerja yang sudah habis masa cutinya, dan bayinya belum berusia 6 bulan, tetap dapat memberikan ASI kepada bayinya dengan cara memerah ASI dan menyimpannya dengan baik. Ketika akan diminumkan kepada bayinya, dapat dilakukan dengan cara-cara yang tepat.

Dampak langsung dari kegiatan ini peningkatan pengetahuan dan ketrampilan ibu tentang ASI Eksklusif dan pemberian ASI dengan cara memerah. Ibu bekerja yang turut andil dalam kegiatan ini dapat menyampaikan secara kontinue dan berkelanjutan kepada ibu lainnya. Media edukasi online diharapkan dapat dipahami dan dipelajari ibu kapan saja sehingga dapat memperluas pengetahuan saat sedang dimanapun dan kapanpun.



Gambar 1. Kegiatan saat menjelaskan cara kerja weblog, penyampaian informasi umum tentang ASI mulai dari definisi, manfaat, serta serba serbi tentang ASI eksklusif, edukasi tentang bagaimana cara penyajian dan penyimpanan ASI perah (ASIP).

KESIMPULAN

Peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat tahun 2024 adalah ibu menyusui yang bekerja dan menitipkan anaknya di penitipan. Kegiatan pemberian edukasi kesehatan secara *online* melalui media *weblog* di Penitipan Anak Mitra Bunda Kota Bengkulu berjalan dengan lancar. Pada awalnya pemberian ASI Eksklusif baru mencapai 30%, setelah dilakukan kegiatan tersebut pengetahuan Ibu dalam hal pemberian ASI eksklusif, cara penyajian dan menyimpan ASIP meningkat. Diharapkan setelah kegiatan yang dilakukan tim pengabdian cakupan pemberian ASI Eksklusif mengalami peningkatan sekalipun Ibu yang bekerja bukan penghambat untuk memberikan ASI.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada Ketua, Kepala Unit Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat STIKes Sapta Bakti dan Kepala Penitipan Anak Mitra Bunda kota Bengkulu atas izin kepada penulis sehingga dapat melakukan kegiatan penyuluhan tentang ASI eksklusif, cara penyajian dan menyimpan ASIP.

DAFTAR PUSTAKA

- Alnasser, Y., Almasoud, N., Aljohni, D., Almisned, R., Alsuwaine, B., Alohal, R., Almutairi, O., & Alhezayen, R. (2018). Impact of attitude and knowledge on intention to breastfeed: Can mHealth based education influence decision to breastfeed exclusively? *Annals of Medicine and Surgery*, 35(July), 6–12. <https://doi.org/10.1016/j.amsu.2018.09.007>
- Anita, S., Bancin, D., & Sitorus, F. (2021). Peningkatan pemahaman ibu hamil tentang ASI eksklusif di kelurahan Gedung Johor Medan. *INDRA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 41–44. <https://doi.org/10.29303/indra.v2i2.124>.
- Astuti, I. (2013). Determinan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Menyusui. *Health Quality*, 4, 1–76.
- Meiranny, A. (2017). Pendidikan Kesehatan Pada Ibu Bekerja Tentang ASI Eksklusif Kalipancur Kecamatan Ngaliyan Arum Meiranny Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Prosiding Seminar Nasional Publikasi Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, September, 474–478.
- Nirwana, A. B. (2014). *ASI dan Susu Formula Kandungan dan Manfaat ASI dan Susu Formula*. Nuha Medika.
- Notoatmojo S. (2012). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi Edisi Pertama*. Rineka Cipta.
- Novita N, F. Y. (2012). *Promosi Kesehatan dan Pelayanan Kesehatan*. Salemba Medika.
- Roesli, Utami; penyunting Yuni Harlinawati, R. D. (2012). *Panduan inisiasi menyusu dini*:

plus ASI eksklusif. *Jakarta Pustaka Bunda*.

Wahyuni, Y. (2012). *Determinan Persepsi Ketidacukupan ASI (PKA) pada Ibu yang Memiliki Bayi di Wilayah Kerja Puskesmas Cicantayan Kabupaten Sukabumi*. Universitas Indonesia.

Wardhani dkk. (2021). Pendidikan Kesehatan Untuk Meningkatkan Asi Eksklusif. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(1), 149–154.
<https://www.jceh.org/index.php/JCEH/article/view/129>