

PELATIHAN TENTANG CARA MENYUSUI EKSKLUSIF PADA IBU POST PARTUM *SECTIO CAESAREA PRIMIPARA*

Harauly Lady Lusiana Manalu¹, None Atika Fatra Siregar², Suci Rahma Manda³, Rati Sasmartih⁴, Mersinar Talentagnes Gulo⁵

Program Studi Sarjana Kebidanan
Universitas Prima Indonesia Medan
Email: haraulyladylusianamanalu@unprimdn.ac.id

ABSTRAK

Cara Menyusui Eksklusif pada Ibu Post Partum *Sectio Caesarea* primipara merupakan suatu upaya komprehensif dalam memberikan informasi dan panduan kepada ibu yang baru saja melahirkan secara operasi caesar. Tujuan pelatihan ini untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu primipara dalam merawat bayinya melalui praktik menyusui eksklusif. Menyusui adalah proses alamiah yang merupakan suatu seni yang harus dipelajari kembali. Keberhasilan dalam menyusui membutuhkan dukungan baik dari orang yang telah mengalaminya atau dari seseorang yang profesional. Metode pengabdian masyarakat yang digunakan adalah pelatihan yang dilakukan di komunitas yang melibatkan kerja sama antara tenaga kesehatan masyarakat, Pemerintah Daerah, dan organisasi non-pemerintah. Hasil yang dicapai setelah mengikuti pelatihan dan diskusi masyarakat Kelurahan Bagan Deli adalah mengetahui bagaimana cara menyusui eksklusif pada ibu postpartum *sectio caesarea* primipara.

Kata Kunci: section caesarea, ibu, menyusui eksklusif

ABSTRACT

How to Exclusively Breastfeed Mothers Post Partum Sectio Caesarea primipara is comprehensive effort to provide information and guidance to mothers who have just given birth by caesarean section. The aim of this training is to increase the understanding and skills of primiparous mothers in caring for their babies through exclusive breastfeeding practices. Breastfeeding is a natural process which is an art that must be relearned success in breastfeeding requires support either from someone who is a professional. The community services method used is training carried out in the community health workers local government and non-government organizations. The result achieved after participating in training and community discussion in the Bagan Deli Village were knowing how to exclusively breastfeed primiparous postpartum section caesrea mothers.

Keywords: section caesura, mothers, exclusive breastfeeding

PENDAHULUAN

Postpartum merupakan periode mulai dari enam jam sampai dengan 42 hari pasca persalinan atau dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika organ-organ kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Setelah bayi lahir, ibu diharapkan dapat menyusui bayinya untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya. Menyusui adalah proses yang alami dan bayi

menghisap secara alamiah, akan tetapi bisa timbul kesulitan pada awalnya karena itu diperlukan cara menyusui yang baik dan benar yaitu suatu cara atau metode yang diterapkan dalam pemberian ASI dari ibu ke bayi yang dilakukan dengan baik dan benar. Dengan menyusui sendiri bayi anda telah menjalin hubungan yang sangat penting antara ibu dan bayi (Syafrudin, 2011). Menyusui adalah proses

alamiah yang merupakan suatu seni yang harus dipelajari kembali. Keberhasilan dalam menyusui membutuhkan dukungan baik dari orang yang telah mengalaminya atau dari seseorang yang profesional (Ramaiah, 2007).

Menyusui adalah suatu cara memberikan makanan yang dilakukan oleh seorang ibu kepada bayinya secara langsung untuk mencukupi kebutuhan nutrisi bayi (Maryunani, 2015). Teknik menyusui merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi produksi ASI, bila teknik menyusui yang tidak benar dapat menyebabkan nyeri atau puting lecet yang mengakibatkan ASI tidak mengalir dengan mudah dan bayi sulit untuk menghisap ASI. isapan bayi sangat berpengaruh 2 pada rangsangan produksi ASI selanjutnya. Namun seringkali ibu-ibu kurang mendapatkan informasi tentang manfaat ASI dan tentang teknik menyusui yang baik dan benar (Roesli, 2005). Sekitar 57% dari ibu yang menyusui dilaporkan pernah menderita kelecetan pada puting (Mansyur, 2014). Keberhasilan menyusui secara dini dipengaruhi oleh posisi yang benar, frekuensi menyusui yang teratur, dan pemberian ASI secara eksklusif (Wijayanti, 2011).

Dalam rangka menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi, World Health Organization (WHO) merekomendasikan sebaiknya bayi hanya diberikan air susu ibu (ASI) selama paling sedikit 6 bulan dan pemberian ASI dilanjutkan sampai bayi berumur dua tahun.

Menurut WHO prevalensi menyusui pada bayi dibawah usia 6 bulan saat ini kurang dari

40% di seluruh dunia, dengan persentase terendah yaitu di Afrika Tengah sebanyak 25%, sedangkan negara berkembang sebanyak 46%. Sementara itu, cakupan pemberian ASI di Indonesia hanya sebesar 29,5% dan menduduki peringkat ke 10 dari 18 negara di ASEAN. Proporsi pemberian ASI eksklusif pada bayi umur 0-6 bulan untuk Provinsi Sulawesi Tenggara sebesar 40,03%. Sedangkan, Kota Kendari cakupan pemberian ASI eksklusif yaitu sebesar 64,96%.

Untuk meningkatkan pengetahuan pada ibu postpartum harus diperoleh melalui praktek langsung tentang bagaimana teknik menyusui yang baik dan benar. Peningkatan pengetahuan dapat disampaikan melalui pendidikan kesehatan berupa pengajaran dan salah satu langkah strategis untuk meningkatkan kualitas pemberian ASI sehingga tumbuh kembang bayi dapat maksimal.

Jumlah cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia adalah 54%, mengacu pada target renstra pada tahun 2017 yaitu 42%, maka secara nasional cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia kurang dari enam bulan sudah mencapai target. Pemberian ASI eksklusif dapat menurunkan angka kematian bayi akibat infeksi sebesar 88%. Selain itu, menyusui juga berkontribusi terhadap penurunan risiko stunting, obesitas, dan penyakit kronis di masa yang akan datang (Kemenkes RI, 2017). Hasil yang dilakukan di Provinsi Sumatera Utara menunjukkan bahwa 56,8% ibu memberikan makanan pendamping ASI terlalu dini pada bayi

0-6 bulan dan hanya sebesar 43,2% ibu tidak memberikan makanan pendamping ASI terlalu dini. Sedangkan berdasarkan hasil Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara (2018) diketahui bahwa cakupan ASI eksklusif pada tahun 2018 di Sumut sebesar 56,6% masih belum mencapai target nasional yang ditetapkan yakni sebesar 80%.

Berdasarkan data Riskesdas (2018) bahwa proporsi pola pemberian ASI pada bayi umur 0-5 bulan menurut provinsi Sumatera Utara sebanyak 50% dan berdasarkan karakteristik jenis kelamin laki-laki sebanyak 38,7% dan perempuan sebanyak 35,9% dan karakteristik tempat tinggal yang berada di perkotaan sebanyak 40,7% dan yang berada di pedesaan 33,6%. Teknik menyusui merupakan hal yang penting dalam memulai proses menyusui ibu pada bayinya. Hanya dikarenakan ibu Tidak mengetahui teknik menyusui yang benar, seperti misalnya cara meletakkan bayi serta melepas puting susu setelah bayi menyusui dapat mengakibatkan puting susu terasa nyeri. Pada minggu pertama persalinan ibu mengalami fase dimana mengakibatkan ibu lebih sensitif, disini ibu memerlukan pendampingan dari tenaga kesehatan maupun orang yang terdekat di sekitarnya agar dapat membantu ibu memulai proses menyusui (Dewi VNL, 2013). Berdasarkan hasil terdahulu di sebuah Puskesmas, dikatakan dari sekitar 30 ibu-ibu yang menyusui, yang memberikan ASI eksklusif pada bayinya hanya sekitar 8 orang dengan yang memiliki pengetahuan baik 7 orang (23,33%),

yang memiliki pengetahuan cukup baik 15 orang (50%) dan masih ada sekitar 8 orang (26,67%) yang memiliki pengetahuan kurang baik yang disebabkan kurangnya informasi tentang ASI eksklusif. Hasil dari ini menunjukkan bahwa salah satu cara untuk mengatasi masalah ini adalah dengan memberi pengetahuan tentang ASI eksklusif dan teknik menyusui yang benar (Siregar, 2017 dalam Sitompul, 2013).

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan serangkaian tahap antara lain dengan penyuluhan/edukasi. Sasaran utama dalam penyuluhan ini adalah Ibu Post Partum Sectio Caesarea Primipara di Kelurahan Bagan deli.

Adapun kegiatan yang akan dilakukan pada acara penyuluhan ini yaitu: Tahap Pre-test dalam pengabdian dilakukan dengan tanya jawab seputar materi yang akan diberikan, tahap ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan tentang Cara Menyusui Eksklusif pada Ibu Post Partum Sectio Caesarea Primipara di Kelurahan Bagan Deli.

Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat melakukan kegiatan pelatihan tentang cara menyusui eksklusif pada ibu postpartum sectio caesarea primipara, pemeriksaan gizi. Pemberian reward bagi para ibu.

Tahapan evaluasi dalam pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan dan pemahaman tentang cara menyusui eksklusif pada ibu post partum sectio

caesarea primipara dengan memberikan 5 pertanyaan kepada peserta dan peserta menjelaskan kembali terkait materi yang telah disampaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan secara bertahap, kegiatan ini diawali dengan pembukaan yaitu pengenalan tim pengabdian masyarakat dengan peserta. Tim memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan dari kegiatan yang akan dilakukan. Tahap kegiatan selanjutnya adalah melakukan dengan cara tanya jawab kepada peserta seputar materi yang terkait. Sehingga semua peserta sudah memahami dan menguasai materi terkait tentang tentang cara menyusui eksklusif pada ibu post partum sectio caesarea primipara. Ketercapaian target materi pada kegiatan penyuluhan ini cukup baik, karena materi telah dapat disampaikan secara keseluruhan.

Mengingat pentingnya pemberian ASI bagi tumbuh kembang yang optimal baik fisik maupun mental dan kecerdasannya, maka perlu perhatian supaya dapat terlaksana dengan benar. Keberhasilan menyusui secara dini dipengaruhi oleh posisi yang benar, frekuensi menyusui yang teratur, dan pemberian ASI secara eksklusif (Wijayanti, 2011).

Penambahan berat badan bayi merupakan salah satu cara untuk melihat pertumbuhan pada bayi. Berat badan bayi mengalami penurunan yang sifatnya normal, yaitu sekitar 10% dari berat badan waktu lahir dan berat badan akan

kembali mencapai berat badan lahir pada hari kesepuluh (Susilaningrum, 2013). Hal ini disebabkan keluarnya mekonium dan air seni yang belum diimbangi dengan asupan yang mencukupi (Kristiyansari, 2009). Discharge planning dikhususkan untuk setiap yang akan meninggalkan rumah sakit, dengan tujuan untuk mengendalikan biaya dan meningkatkan kondisi pasien. Perencanaan pemulangan harus memastikan bahwa pasien meninggalkan rumah sakit pada waktu yang tepat dan mendapatkan pengetahuan tentang perawatan selama dirumah (Bradley, 2016).

Pemberian ASI semaksimal mungkin merupakan kegiatan yang berperan penting dalam pemeliharaan anak dan persiapan generasi penerus di masa depan. Namun pada kenyataannya pada masa modern seperti saat ini, sebagian ibu tidak menyusui anaknya dengan ASI. Tindakan ini menyebabkan anak mudah terserang penyakit, karena daya tahan tubuhnya menjadi lemah. Saat ini masih terdapat kendala dalam pelaksanaan program ASI Eksklusif diantaranya ketidaktahuan ibu tentang teknik menyusui yang akan berdampak pada pemberian ASI. Hal ini disebabkan karena teknik menyusui tidak diaplikasikan dengan baik dan benar sehingga menjadi penyebab utama terjadinya kegagalan menyusui.

Penyebab kegagalan teknik menyusui yang benar disebabkan karena ibu kurang memahami tata laksana laktasi yang benar, misalnya pentingnya ASI, bagaimana posisi menyusui, bagaimana ASI keluar (fisiologis menyusui) dan

perlekatan yang baik sehingga bayi dapat menghisap secara efektif. Teknik menyusui yang salah disebabkan kecenderungan pada ibu postpartum mempunyai pengetahuan rendah tentang teknik menyusui yang baik dan benar.

KESIMPULAN

Menyusui adalah proses yang alami dan bayi menghisap secara alamiah, akan tetapi bisa timbul kesulitan pada awalnya karena itu diperlukan cara menyusui yang baik dan benar yaitu suatu cara atau metode yang diterapkan dalam pemberian ASI dari ibu ke bayi yang dilakukan dengan baik dan benar. Teknik menyusui yang salah disebabkan kecenderungan pada ibu postpartum mempunyai pengetahuan rendah tentang teknik menyusui yang baik dan benar. Kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan pada ibu postpartum harus diperoleh melalui praktek langsung tentang bagaimana teknik menyusui yang baik dan benar. Ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui terhadap pengetahuan ibu postpartum di Kelurahan Bagan Deli.

DAFTAR PUSTAKA

Arief, & Kristiyanasari. (2009). *Asuhan keperawatan anak*. Yogyakarta: Nuha Medika
Bradley T. Erford. (2016). *40 Teknik yang harus diketahui setiap konselor*
Dewi, VNL. 2013. *Asuhan neonatus bayi dan anak balita*. Jakarta: Salemba Medika
Kemenkes, R. 2017. (2017). Kementerian Kesehatan RI, 1(1), 3–184.
Mansyur dan Dahlan. (2014). *Buku ajar asuhan kebidanan masa nifas*. Malang: Salaksa Media

Maryunani, Anik. (2015). *Asuhan ibu nifas dan asuhan ibu menyusui*. Bogor: In Media
Ramaiah, S. 2007. *ASI dan menyusui*. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer.
Roesli, U. 2005. *Mengenal ASI eksklusif*. Jakarta: Trubus Agriwidia
Siregar. 2017. *Hubungan pengetahuan ibu, paritas dan peran petugas kesehatan dengan pemberian asi eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Siborongborong Tapanuli Utara*. *Jurnal Akrab Juara* 2(3): 88-95.
Syafrudin, SKM, M.Kes, dkk. (2011). *Untaian materi penyuluhan KIA (Kesehatan Ibu dan Anak)*. Jakarta: Trans info media.
Utami, Susilaningrum, Nursalam. (2013). *Asuhan keperawatan bayi dan anak*. Jakarta: Salemba Medika.
WHO. *Exclusive breastfeeding for optimal growth, development and health of infants*. WHO. 2017; 1-3.
Wijayanti, L.A., Meilisa, C. (2011). Perbedaan berat badan bayi usia 6 bulan yang diberi asi eksklusif dan non eksklusif di Desa Kenten. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, Volume 2 No. 4.