

Received: Oktober 2022

Accepted: Desember 2022

Published: Januari 2023

Article DOI: <http://dx.doi.org/10.24903/sj.v7i1.1856>

Upaya Peningkatan Asi Eksklusif dengan Relaktasi melalui Media Booklet di Kelurahan Dasan Cermen Kecamatan Sandubaya

*Intan Gumilang Pratiwi**Poltekkes Kemenkes Mataram*[*intangumil@gmail.com*](mailto:intangumil@gmail.com)*Syajaratuddur Faiqah**Poltekkes Kemenkes Mataram*[*faiqahsyajaratuddur@gmail.com*](mailto:faiqahsyajaratuddur@gmail.com)*Fitra Arsy Nur Cory'ah**Poltekkes Kemenkes Mataram*[*fitra21122008@gmail.com*](mailto:fitra21122008@gmail.com)

Abstrak

Di Indonesia cakupan ASI eksklusif pada tahun 2021 adalah 69,7%, sedangkan cakupan ASI Eksklusif berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi NTB tahun 2021 sebesar 85,4 %. Rentang persentase capaian ASI Eksklusif antar kabupaten/kota cukup lebar. Capaian cakupan terendah terdapat di Kota Mataram sebesar 51,5 %. Angka tersebut belum memenuhi target cakupan ASI eksklusif yaitu sebesar 80%. Tujuan dari Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu yang tidak memberikan ASI Eksklusif. Adanya perubahan pengetahuan dan sikap maka diharapkan mampu merubah perilaku ibu untuk *relaktasi* kembali, jangka panjang memberikan media edukasi *booklet* ini mampu meningkatkan cakupan ASI eksklusif di wilayah kerja Kota Mataram. Pengabdian Kepada masyarakat ini dilakukan dengan tahap yaitu *pretest* kemudian memberikan edukasi berupa *booklet* kepada responden selanjutnya dilakukan *post test* untuk mengukur pengetahuan dan sikap responden. Sebagai tindak lanjut dari pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat dilakukan intervensi sesuai dengan modul *booklet* yang sudah disusun maupun diseminasi hasil dari pengembangan program kepada masyarakat maupun pemegang kebijakan.

Kata Kunci: ASI Eksklusif; *booklet*; Relaktasi; Edukasi Kesehatan

Pendahuluan

Saat ini, Undernutrisi menjadi penyebab kematian hampir separuh dari jumlah kematian balita yang ada di negara berkembang. Undernutrisi di negara-negara berkembang memiliki prevalensi sebesar 52 juta anak kurus dan 155 juta mengalami pendek. Pada negara berkembang, salah satunya Indonesia sudah memiliki program spesifik untuk menanggulangi

undernutrisi, salah satunya adalah program promosi pemberian ASI eksklusif. Menurut Seema pada tahun 2019, 35% dari masyarakat secara global masih gagal melakukan ASI eksklusif walaupun program promosi ASI eksklusif sudah dilakukan (Mihrrshahi et al., 2019). Di Indonesia cakupan ASI eksklusif pada tahun 2021 adalah 69,7%, berdasarkan data dinas kesehatan Provinsi NTB menyampaikan bahwa cakupan pemberian ASI Eksklusif pada bayi di Provinsi NTB tahun 2021 sebesar 85,4 %. Sedangkan di tahun sebelumnya yaitu sebesar 85,4 %. Rentang persentase capaian ASI Eksklusif antar kabupaten/kota cukup lebar. Capaian cakupan terendah terdapat di Kota Mataram sebesar 51,5 %. Sedangkan data tersebut masih jauh dengan target utama yaitu 80% (Dikes Prov.NTB, 2021).

Cakupan ASI eksklusif yang belum mencapai target cakupan adalah masalah yang perlu diselesaikan. Efektifitas media promosi pemberian ASI eksklusif sebelumnya masih belum banyak dilakukan sehingga perlu ada terobosan baru dalam memberikan pengetahuan dan sikap kepada masyarakat kota Mataram mengenai pemberian ASI eksklusif, dengan peningkatan pengetahuan dan sikap, maka akan terjadi perubahan perilaku yang baik dalam pemberian ASI eksklusif. Menurut UNICEF bahwa cakupan ASI Eksklusif masih kurang salah satu penyebab karena ketidaktahuan masyarakat akan pentingnya ASI Eksklusif, selain itu dikarenakan kegiatan edukasi melalui pemberian informasi dan penyuluhan ke masyarakat masih kurang (dalam Nuryati, 2007). Maka masih diperlukan usaha dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pemberian ASI eksklusif, yaitu melalui pendidikan kesehatan melalui media. Media memegang peranan yang sangat penting dalam keberhasilan proses penyampaian berita. Pemilihan media yang tepat berkontribusi pada keberhasilan proses, sebaliknya penggunaan media yang tidak tepat menyebabkan masalah bagi media. Jenis media yang dapat digunakan antara lain media cetak, media elektronik, dan media papan tulis. Menurut Suleman (Hapsarissa 2013), brosur merupakan sarana komunikasi yang termasuk dalam kategori media massa di bawah ini. Pemilihan media brosur harus memudahkan pelaksanaan konsultasi sehingga dapat lebih efektif melengkapi informasi. Booklet ini berbentuk buku tipis, berisi informasi lengkap dan fleksibel untuk dibawa kemana-mana (Parry et al., 2017; Putri, 2019; Silalahi et al., 2018).

Metode

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan merupakan upaya dalam meningkatkan pemberdayaan masyarakat melalui Peningkatan Asi Eksklusif dengan cara Relaktasi Melalui Media Booklet Di Kelurahan Dasan Cermen Kecamatan Sandubaya. Kegiatan ini ini telah mendapatkan persetujuan dari Poltekkes Kemenkes Mataram dengan nomor LB.02.01/4.4/014/2022. Membentuk kelompok edukasi ASI Eksklusif merupakan salahsatu metode pengabdian masyarakat ini, dalam kata lain sebagai kelompok pendukung ASI berbasis masyarakat. Kegiatan dilakukan pada Maret - September 2022, dengan teknik demonstrasi, brainstorming, dan praktek langsung cara menyusui yang benar. Kelompok yang terlibat dalam pengabdian masyarakat ini yaitu kelompok ibu menyusui sebanyak 30 orang dan ibu yang putus dalam memberikan ASI Eksklusif di Kelurahan Dasan Cermen Kecamatan Sandubaya Kota Mataram, Aspek Pengetahuan ibu menyusui dan ibu yang terhenti menyusui diukur menggunakan kuesioner dengan jumlah pertanyaan 20 item dan evaluasi pelaksanaan pemantauan ASI Eksklusif melalui relaktasi dilakukan dua kali yaitu evaluasi pertama dilakukan setelah tiga bulan dan evaluasi kedua dilakukan saat bayi berumur 6 bulan dengan mengidentifikasi jumlah sasaran yang telah sukses memberikan ASI secara eksklusif dan

menidentifikasi jumlah sasaran yang tidak berhasil memberikan ASI eksklusif serta alasan kegagalan dalam pemberian ASI eksklusif.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pelaksanaan Pengabdian Masyarakat melalui Target utama dari program ini adalah mendukung pemberian ASI Eksklusif bagi ibu-ibu yang pernah berhenti memberikan ASI nya. Program utama adalah relaktasi selain juga memberikan edukasi bagi ibu menyusui lain untuk tetap memberikan ASI pada bayinya. Pemantauan pemberian ASI Eksklusif sangatlah penting dalam upaya pencegahan stunting pada generasi penerus bangsa, beberapa aspek yang dilakukan yaitu pemantauan pertumbuhan dan perkembangan bayi, yang dapat dikaji secara fisik, mental dan intelegensi anak. Dengan latar belakang diatas sehingga diperlukannya perhatian dari ibu, keluarga, tenaga kesehatan dan masyarakat pada umumnya. (Jackson & Nazar, 2006; Parry et al., 2017)

Capaian utama dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan yaitu untuk meningkatkan pengetahuan tentang ASI Eksklusif yang begitu penting dilakukan melalui relaktasi, dengan indicator utama 100% ibu menyusui dan ibu yang terhenti menyusui memiliki pengetahuan yang baik. Target tersebut telah tercapai berdasarkan data berikut ini:

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Karakteristik Responden	N	%
Umur		
< 20 Tahun	2	7
21-30 Tahun	16	53
31-40 Tahun	9	30
>40 Tahun	3	10
Pendidikan		
SD	2	7
SMP	15	50
SMU	13	43
Perguruan Tinggi	0	0
Pekerjaan		
Mahasiswi	1	3
Karyawan	2	7
Pedagang	3	10
IRT	24	80

Tabel 1. Karakteristik Responden

Tabel 1 menunjukkan bahwa usia tertinggi responden adalah 21-30 Tahun 16 (53%), Pendidikan tertinggi responden adalah SMP yaitu sebanyak 15(50%), dan Pekerjaan Responden mayoritas sebagai IRT 24(80).

Menurut Totok Mardikanto dalam (Lubis,2018) karakteristik dari seorang individu merupakan suatu sifat yang telah melekat pada diri seseorang dan memiliki keterkaitan dengan aspek kehidupan, seperti; umur, agama, jenis kelamin, pendidikan, status social dan lain sebagainya. Beberapa hal yang dapat mempengaruhi daya ingat dan pola pikir dari seseorang yaitu faktor usia, sehingga melalui pemberian edukasi dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. faktor lainnya yang dapat mempengaruhi adalah tingkat pendidikan, pengalaman hidup, pekerjaan dan intelegensia. Sehingga dapat disimpulkan bahwa secara tidak langsung faktor-faktor tersebut juga dapat mempengaruhi tingkat pemahaman seseorang dalam menangkap informasi (Desria & Palarto, 2010; Wawan.A dan Dewi.M, 2011)

b. Jumlah Ibu yang menyusui dan ibu yang putus dalam memberikan ASI Eksklusif

Responden	N	%
Ibu yang Menyusui	26	87
Ibu yang Putus Memberikan ASI	4	13
Total	30	100

Tabel 2 Jumlah Ibu yang menyusui dan ibu yang putus dalam memberikan ASI Eksklusif pada saat kegiatan pengabmas

Tabel 2 menunjukkan bahwa responden yang terbanyak yaitu ibu yang masih menyusui sebanyak 26 (87%) dan jumlah responden yang telah putus memberikan ASI sebanyak 4(13%).

Terhentinya proses menyusui yang ditemui pada saat pengabdian masyarakat yaitu terdapat 4 orang ibu yang terhenti menyusui dari total 30 responden, Penyebab terhentinya menyusui dikarenakan ibu bekerja dan responden ingin menyusui kembali akan tetapi merasa ASI berkurang setelah sekian lama tidak menyusui. Berdasarkan penelitian Dewi (2015) bahwa para ibu yang sempat terhenti menyusui akan tetapi ingin menyusui kembali, dapat dilakukan dikarenakan produksi ASI dapat diaktifkan melalui proses menyusui kembali. Relaktasi atau kembali menyusui adalah ibu yang memutuskan menyusui kembali bayinya setelah sekian lama terhenti menyusui. Menurut Nia Umari, direktur komunikasi terapeutik konsultan laktasi untuk klien reaktif di Ikatan Konsultan Laktasi Indonesia (IKMI), “kepercayaan dan komitmen” adalah kunci terpenting suksesnya hubungan. Pekerja layanan, khususnya, dapat menggunakan kegiatan nirlaba ini untuk membantu para ibu membangun kepercayaan diri dan komitmen untuk terus menyusui anaknya, bahkan ketika para ibu sibuk, ASI mudah ditemukan dan ada iklan-iklan yang provokatif. Menyusui adalah salah satu bentuk perjuangan ibu(Dewi, 2015).

c. Tingkat pengetahuan ibu menyusui dan ibu yang putus memberikan ASI tentang pentingnya Relaktasi

No	Kategori	Intervensi	
		Ibu Yang Menyusui	Ibu Yang Putus Memberikan

		ASI							
		Pre Test		Post Test		Pre Test		Post Test	
		N	%	N	%	N	%	N	%
1	Baik	15	58	26	100	1	25	4	100
2	Cukup	11	42	0	0	3	75	0	0
3	Kurang	0	0	0	0	0	0	0	0
Total		26	100	26	100	4	100	4	100

Tabel 3 Tingkat pengetahuan ibu menyusui tentang pentingnya ASI Eksklusif

Tabel 3 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden pada *pretest* nilai paling banyak yaitu dalam kategori Baik yaitu sebanyak 15 (58%) pada ibu yang menyusui dan kategori Cukup yaitu 3 (75%) pada ibu yang putus memberikan ASI, setelah dilakukan *posttest* banyak responden yang berpengetahuan baik meningkat menjadi 100% baik pada ibu yang menyusui maupun yang putus memberikan ASI.

Informasi yang telah diberikan memiliki pengaruh jangka pendek serta dapat menimbulkan dampak peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap. Intensitas pemberian penyuluhan dan promosi kesehatan dengan berbagai media, dapat meningkatkan pengetahuan akan ASI eksklusif, pemberian informasi secara mendalam melalui kegiatan inovasi pada kelompok pendukung ASI (*peer support*) kepada ibu hamil, ibu nifas, ibu menyusui serta dalam melaksanakan monitoring evaluasi kecukupan pemberian ASI pada bayi dapat meningkatkan pengetahuan ibu. Pernyataan tersebut sejalan dengan teori yang dinyatakan menurut Lia Alawiah (2018) yang menyatakan bahwa pengetahuan dapat meningkat dengan pemberian intervensi sebanyak 3 kali (Astuti et al., 2016; Martín-Iglesias et al., 2018; Wawan.A dan Dewi.M, 2011)

Menurut Induniasih dalam Denis (2019) bahwa terdapat berbagai macam metode maupun berbagai media yang digunakan dalam pemberian pendidikan kesehatan pada masyarakat, salah satunya yaitu media visual. Media visual merupakan alat bantu dalam mengajar yang menampilkan unsur gambar dengan kandungan pesan dan informasi. Media visual memiliki berbagai kelebihan yaitu gambaran keadaan real dan nyata dalam meningkatkan refrensi memori atau ingatan seseorang karena mudah diterima dan lebih menarik. Hal tersebut seiring dengan pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan, yaitu dengan memberikan materi yang begitu menarik sehingga pengetahuan dan pemahaman ibu meningkat sebanyak 100%, terutama disertai kesesuaian materi ASI eksklusif, fisiologi laktasi, keunggulan ASI, dan manajemen laktasi pada kader. Selain itu adanya respon yang positif dari respondendalam kegiatan pengabdian masyarakat merupakan kegiatan penting dalam upaya pemberdayaan masyarakat terkait ASI Eksklusif dalam pencegahan stunting. Respon positif nampak saat pelaksanaan role play yaitu saat ibu menyusui mampu mempraktekkan teknik menyusui yang tepat dan benar.

Penggunaan booklet sebagai bahan evaluasi pada pengabdian Masyarakat ini. Media booklet berbentuk buku kecil yang berisi tulisan atau gambar atau keduanya yang digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi kesehatan lainnya (Efendi & Makhfudli, 2009). Pengetahuan seseorang dapat meningkat pada pengabdian masyarakat ini dikarenakan menggunakan media booklet dalam memberikan informasi. Menurut Suleman (dalam Hapsari, 2013) kategori media lini bawah (*below the line media*) ialah booklet. Sesuai

sifatnya pesan yang ditulis menggunakan kalimat singkat, sederhana, menarik dan penggunaan huruf tidak kurang dari 10 pt (Burgio et al., 2016; Hidayati & Setyorini, 2020; Manueke & Donsu, 2020; Ninla Elmawati Falabiba, 2019; Puji, 2019; Silalahi et al., 2018)



Gambar 1. Booklet Relaktasi



Gambar 2. Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Hasil evaluasi pertama dilakukan setelah tiga bulan yaitu 4 ibu yang putus dalam memberikan ASI Eksklusif telah melakukan relaktasi yaitu 100%. Hasil Evaluasi kedua yaitu pada bayi berusia 3 - > 6 bulan bahwa jumlah sasaran yang berhasil memberikan ASI eksklusif yaitu 100%. Hubungan ini merupakan bentuk pertolongan bagi ibu yang sudah menghentikan pemberian ASI eksklusif selama 0-6 bulan dan bagi ibu yang ingin memaksimalkan kebiasaan menyusui hingga anaknya berusia 2 tahun. Relaktasi adalah campuran pendekatan psikologis, biologis, spiritual, sosial dan budaya untuk menstabilkan sistem hormon kortisol dan hormon susu.(Hanifah, 2019).

Simpulan dan rekomendasi

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan merupakan upaya penting dalam pemberdayaan masyarakat terkait ASI Eksklusif dalam mencegah stunting. Sehingga diperlukan program pelaksanaan manajemen laktasi berbasis komunitas bagi kader, ibu hamil, ibu menyusui untuk memberikan ASI Eksklusif, begitu pula dengan ibu yang telah berhenti menyusui melalui relaktasi. Hasil dari kegiatan ini adalah Bagi Kader program ini mampu meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya ASI Eksklusif sehingga mampu memberikan arahan edukasi yang tepat bagi ibu yang menyusui dan ibu yang berhenti menyusui. Bagi ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan dan sudah memberikan ASI secara eksklusif tetap terus memberikan ASI serta bagi ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan dan sudah memberikan ASI dengan tambahan susu formula atau MP ASI dapat melakukan program relaktasi dengan teknik tetap memberikan ASI secara rutin dan mengurangi pemberian susu formula atau MP ASI. Melalui booklet ini dapat mengevaluasi keberhasilan pelaksanaan ASI Eksklusif melalui Relaktasi.

Daftar Pustaka

- Astuti, S., Judistiani, T. D., Susanti, A. I., Ilmu, D., Masyarakat, K., & Padjadjaran, U. (2016). *Evaluasi pembentukan dan pelatihan KP ASI*. 05(02), 81–85.
- Burgio, M. A., Laganà, A. S., Sicilia, A., Prospero Porta, R., Porpora, M. G., Ban Frangež, H., Di Venti, G., & Triolo, O. (2016). Breastfeeding education: Where are we going? A systematic review article. *Iranian Journal of Public Health*, 45(8), 970–977.
- Desria, D., & Palarto, B. (2010). Factors Related To Mother`s Knowledge On Antenatal care messages Of The MCH Handbook. 19, 1–19.
- Dewi, R. (2015). Komunikasi Terapeutik Konselor Laktasi Terhadap Klien Relaktasi. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 3(2), 192–211. <https://doi.org/10.24198/jkk.vol3n2.9>
- Dikes Prov.NTB. (2021). Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat Tahun 2021. In *Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat: Vol.* (Nomor juli).
- Hanifah, N. (2019). *Kelurahan Wonokromo Sebagai Upaya Menuju Relationship Guidelines To the Mother Keep in the Wonokromo*. 3(2), 82–88.
- Hidayati, R., & Setyorini, D. (2020). Multi Level Education Katoga Improve The Competence of Health Cadres, Public Figure, and Family in Preventing, Early Detection and Handling Pregnancy Emergency. *Indonesian Nursing Journal of Education and Clinic (Injec)*, 4(2), 118. <https://doi.org/10.24990/injec.v4i2.242>
- Jackson, K. M., & Nazar, A. M. (2006). Breastfeeding, the Immune Response, and Long-term Health REVIEW ARTICLE. *J Am Osteopath Assoc.*, 106, 203–207.
- Manueke, I., & Donsu, A. (2020). Pocket and Video Books on Kader Knowledge About the Implementation of Labor Planning and Prevention of Complications (P4K). *2nd Manado Health Polytechnic International Conference, September*, 193–196. <https://ejurnal.poltekkes-manado.ac.id/index.php/PMHP2nd/article/view/971>
- Martín-Iglesias, S., Santamaría-Martín, M. J., Alonso-Álvarez, A., Rico-Blázquez, M., del Cura-González, I., Rodríguez-Barrientos, R., Barberá-Martín, A., Sanz-Cuesta, T., Coghén-Vigueras, M. I., de Antonio-Ramírez, I., Durand-Rincón, I., Garrido-Rodríguez, F., Geijo-Rincón, M. J., Mielgo-Salvador, R., Morales-Montalvá, M. S., Reviriego-Gutiérrez, M. A., Rivero-Garrido, C., Ruiz-Calabria, M., Santamaría-Mechano, M. P., ... Villa-Arranz, M. (2018). Effectiveness of an educational group intervention in

- primary healthcare for continued exclusive breast-feeding: PROLACT study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 18(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12884-018-1679-3>
- Mihrshahi, S., Tait, H., Haider, R., Ara, G., Kabir, I., & Dibley, M. J. (2019). Characteristics and experiences of peer counsellors in urban Dhaka: A structured interview study. *International Breastfeeding Journal*, 14(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s13006-019-0240-y>
- Ninla Elmawati Falabiba. (2019). *Precede-Proceed*. 8–32. [http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/2194/3/BAB II.pdf](http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/2194/3/BAB%20II.pdf)
- Parry, K. C., Tully, K. P., Moss, S. L., & Sullivan, C. S. (2017). Innovative Prenatal Breastfeeding Education Curriculum: Ready, Set, BABY. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 49(7), S214-S216.e1. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2017.05.348>
- Puji, D. (2019). *Training of Cadres In The Context of Emergency Identification of Pregnant Women During The Covid-19 Pandemic*.
- Putri, R. C. (2019). *Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Booklet*.
- Silalahi, V., Hakimi, M., & Lismidiati, W. (2018). Efektivitas Audiovisual dan Booklet sebagai Media Edukasi untuk Meningkatkan Perilaku Skrining IVA. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(3), 304. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v14i3.4494>
- Wawan.A dan Dewi.M. (2011). 3 2 1 11. In *Teori dan Pengukuran Pengetahuan Sikap, dan Perilaku Manusia* (hal. 11–47). Nuha Medika.