

Received: Oktober 2023

Accepted: Januari 2024

Published: Januari 2024

Article DOI: <http://dx.doi.org/10.24903/jam.v8i01.2719>

## **Pengaruh Penyuluhan Manajemen Laktasi terhadap Pengetahuan Ibu dengan Balita di Kota Depok**

*Firlia Ayu Arini**UPN Veteran Jakarta*[firliaayuarini@upnvj.ac.id](mailto:firliaayuarini@upnvj.ac.id)*Chandra Tri Wahyudi**UPN Veteran Jakarta*[firliaayuarini@upnvj.ac.id](mailto:firliaayuarini@upnvj.ac.id)*Iin Fatmawati**UPN Veteran Jakarta*[firliaayuarini@upnvj.ac.id](mailto:firliaayuarini@upnvj.ac.id)*Nur Intania Sofianita**UPN Veteran Jakarta*[firliaayuarini@upnvj.ac.id](mailto:firliaayuarini@upnvj.ac.id)

### **Abstrak**

Menurut WHO, pada usia 0-6 bulan pertama kehidupan, anak diberikan ASI secara eksklusif dan dilanjutkan pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) pada usia 6 bulan. Angka pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih kurang dari capaian persentase cakupan yang ditetapkan pemerintah yaitu 80%. Berdasarkan data Profil Kesehatan Kota Depok tahun 2020, capaian ASI eksklusif masih di bawah target pemerintah yaitu 68,49%. Artinya, masih terdapat bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif dan kemungkinan mendapat MP-ASI dini. Kegiatan pengabdian masyarakat ini ditujukan untuk memberikan penyuluhan gizi mengenai manajemen laktasi, agar pengetahuan ibu meningkat dan ibu dapat memberikan ASI secara eksklusif. Kegiatan ini dilakukan dengan metode memberikan ceramah dan diskusi menggunakan lembar balik dan mempraktikkan pemijatan laktasi yang dapat melancarkan ASI. Jumlah ibu dari balita yang mengikuti kegiatan ini yaitu 21 orang yang berasal dari 2 kelurahan. Sebelum penyuluhan, peserta melakukan pretest, kemudian menerima materi manajemen laktasi. Setelah penyuluhan manajemen laktasi diikuti praktik melakukan pijat oksitosin, peserta diminta mengerjakan posttest. Setelah menerima penyuluhan manajemen laktasi, pengetahuan ibu balita mengenai ASI eksklusif dan manajemen laktasi meningkat secara signifikan, hasil uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan bermakna antara nilai pretest dan posttest ( $p=0,003$ ). Sebanyak 51,7% peserta memiliki skor posttest yang lebih tinggi dari pretest. Penyuluhan manajemen laktasi meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai ASI

eksklusif dan manajemen laktasi. Setelah mendapatkan penyuluhan ini, diharapkan ibu balita dapat memberikan ASI secara eksklusif dan mempraktikkan manajemen laktasi dengan tepat.

**Kata Kunci:** *ASI Eksklusif; Ibu Balita; Manajemen Laktasi; Penyuluhan.*

## **Pendahuluan**

Stunting adalah gangguan pertumbuhan kronis yang terjadi dalam jangka waktu lama karena asupan gizi yang kurang maupun dampak dari infeksi yang sering di usia dini. Anak tergolong stunting apabila panjang atau tinggi badannya berada di bawah minus dua standar deviasi panjang atau tinggi anak seumurnya. Saat ini, stunting merupakan masalah gizi kurang dengan prevalensi paling banyak di Indonesia. Dampak dari stunting jangka pendek adalah menurunnya imunitas dan anak menjadi lebih rentan terhadap infeksi, selain itu terjadi penurunan kecerdasan yang dapat terlihat di usia sekolah. Dampak jangka panjang stunting adalah rendahnya produktivitas yang meningkatkan kemiskinan serta kerentanan terhadap penyakit tidak menular. Menurut WHO, prevalensi stunting di Indonesia menempati urutan tertinggi ketiga dari seluruh negara di Asia Tenggara. Data Survei Status Gizi Indonesia tahun 2021 menunjukkan besaran kasus stunting pada balita telah turun menjadi 24,4%, namun terjadi peningkatan prevalensi balita kurus menjadi 17% di tahun 2021. Adanya peningkatan angka balita kurus dapat terjadi karena di Indonesia mengalami pandemi yang berdampak pada kualitas kesehatan balita (Desi Kurniawati Jurusan Gizi et al., 2021). Cakupan pemberian ASI 0-6 bulan tahun 2018 sebesar 37,3% (Riskesdas, 2018). Di Kota Depok, menurut profil kesehatan Kota Depok tahun 2020, capaian ASI eksklusif yaitu 68,49%, sementara target nasional menetapkan angka ASI eksklusif dapat mencapai 80%. Dikhawatirkan masih terdapat bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif serta mendapat MP-ASI dini. (Achadi et al., 2020; Balitbangkes, 2018; Desi Kurniawati Jurusan Gizi et al., 2021; Dewi et al., 2020; Novarita et al., 2020; Rachmi et al., 2017).

Menurut Peraturan Presiden No. 72 tahun 2021, Pemerintah telah berkomitmen untuk mempercepat penurunan stunting di Indonesia. Target pemerintah adalah menurunkan angka stunting menjadi 14% di tahun 2024, beserta masalah gizi lainnya terutama di usia balita. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi stunting di wilayah Depok yaitu 32,9%. Angka tersebut menurun di tahun 2019 menjadi 27,6%. Data menurut Dinas Kesehatan Depok tahun 2022, prevalensi stunting tertinggi mencapai 9% sementara target pemerintah Depok menurut Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah (RPJMD) adalah menurunkan prevalensi stunting menjadi 4,83% (Desi Kurniawati Jurusan Gizi et al., 2021; Dwi Fatmawati et al., 2020). Upaya untuk mempercepat penurunan stunting telah dimaksimalkan oleh Pemerintah Kota Depok dan kota Depok menjadi fokus penanganan stunting nasional. Masih terdapat 10 lokasi terjadinya stunting di wilayah Depok termasuk di kelurahan Pasir Putih dan kelurahan Serua (Chandra et al., 2021).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penyebab masalah gizi pada bayi dan anak adalah karena pemberian makanan yang tidak tepat. Menurut WHO, sampai dengan 6 bulan pertama

kehidupan anak diberikan ASI secara eksklusif dan dilanjutkan pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) pada usia 6 bulan. Angka pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih kurang dari capaian persentase cakupan yang ditetapkan pemerintah (80%). Di Indonesia angka proporsi pemberian ASI 0-6 bulan hanya sebesar 37,3% (Riskesmas, 2018). Berdasarkan data Profil Kesehatan Kota Depok tahun 2020, capaian ASI eksklusif yaitu 68,49%, belum mencapai 80%. Artinya, masih terdapat bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif dan kemungkinan mendapat MP-ASI dini. Pemberian MP-ASI dini mengakibatkan bayi lebih rentan terkena infeksi atau gangguan pencernaan sehingga berdampak pada pertumbuhannya (Desi Kurniawati Jurusan Gizi et al., 2021; Dewi et al., 2020).

Faktor yang menyebabkan Ibu tidak memberikan ASI secara eksklusif dan MP-ASI tidak tepat yaitu pengetahuan ibu yang rendah mengenai laktasi, gizi dan MP-ASI. Manajemen laktasi meliputi proses persiapan sampai pemberian ASI mulai dari hamil, bersalin, mencari informasi mengenai ASI eksklusif, konsultasi dan pemijatan payudara untuk melancarkan pemberian ASI. Manajemen laktasi yang baik dan benar dengan dukungan suami dan keluarga mendukung ASI eksklusif (Desi Kurniawati Jurusan Gizi et al., 2021; Dewi et al., 2020). Peran Ibu dalam keluarga sangat berperan dalam mencegah masalah gizi pada balita. Pengetahuan ibu yang rendah mengenai pemberian ASI dan MP-ASI dapat menjadi faktor risiko timbulnya masalah gizi (Izah et al., 2022). Karena itu, program penyuluhan ASI dan manajemen laktasi ini ditujukan untuk meningkatkan pengetahuan Ibu dan juga disertai praktik manajemen laktasi sebagai upaya pencegahan stunting dan masalah gizi lainnya.

### **Metode**

Metode kegiatan PKM dilaksanakan secara tatap muka yaitu memberikan penyuluhan dengan materi ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi. Tempat kegiatan yaitu di Posyandu Mawar Putih 2, Kelurahan Pasir Putih, Kecamatan Sawangan dan Posyandu Anggrek, Kelurahan Serua Kecamatan Bojongsari, Depok. Materi diberikan dengan metode ceramah dan diskusi menggunakan media paparan lembar balik. Jumlah ibu balita yang mengikuti penyuluhan adalah 21 orang, dan terdapat beberapa kader kesehatan yang mendampingi kegiatan penyuluhan. Kegiatan penyuluhan dimulai dengan membahas materi ASI dan manajemen laktasi, dilanjutkan dengan mempragakan pijat oksitosin untuk melancarkan produksi ASI dan cara melakukan perawatan payudara selama menyusui. Sebelum mengikuti penyuluhan, terlebih dahulu ibu diukur tingkat pengetahuan dalam aspek manajemen laktasi dengan mengisi kuesioner pre-test. Setelah diberikan materi, ibu akan diminta mengisi kuesioner post-test. Data ibu balita peserta kegiatan dianalisis secara univariat yaitu data umur dan Pendidikan, sementara data nilai pretest dan posttest dianalisis dengan uji bivariat yaitu uji beda rata-rata menggunakan program SPSS yaitu menggunakan uji Wilcoxon.

### **Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan penyuluhan di Kelurahan Pasir Putih dilakukan pada pada 4 September 2023, mulai pukul 09.00 sampai 12.00 bertempat di Posyandu Mawar Putih 2, Kelurahan Pasir Putih, Depok. Sementara kegiatan di Kelurahan Serua, Bojongsari dilakukan pada tanggal 24 Oktober 2023 mulai pukul 09.00 sampai 12.00 di Posyandu Anggrek. Kedua acara dihadiri oleh ibu dengan Balita, kader Posyandu dan tim pengabdian masyarakat yang terdiri dari dosen dan mahasiswa. Jumlah ibu yang mengisi data usia dan data usia anak yaitu 16 orang. Rata-rata usia ibu yang mengikuti penyuluhan yaitu  $33,31 \pm 6,73$ , sementara untuk median usia anak yaitu 5,50 bulan dengan rentang usia 2-36 bulan. Sebagian besar ibu balita memiliki pendidikan terakhir SMA/SMK sebesar 40%, hanya 10% Ibu yang menamatkan pendidikan di Perguruan Tinggi. Jumlah ibu balita yang mengikuti kegiatan di Posyandu kelurahan Pasir Putih sebanyak 52,4% dan di Posyandu kelurahan Serua sebanyak 47,6%.

Usia ibu balita yang mengikuti kegiatan ini dari 2 Kelurahan berkisar antara 22-43 tahun. Pada kegiatan oleh Aprilia (2019) yaitu kelas ibu balita dan penelitian Dewi (2020) mengenai manajemen laktasi, sebagian besar ibu berada di rentang umur 20-35 tahun, dengan pendidikan terakhir ibu balita yang paling banyak adalah tingkat SMA/SMK, pada kegiatan Aprilia sebanyak 57,1% dan pada kegiatan oleh Dewi sebesar 51,7% (Aprillia et al., 2019; Dewi et al., 2020). Usia sebagian besar ibu balita di beberapa kegiatan penyuluhan maupun penelitian berada di rentang usia 20 – 40 tahun dengan pendidikan terakhir SMA.

Tabel 1. Karakteristik Ibu Balita yang Mengikuti Penyuluhan Manajemen Laktasi

Variabel	n	Mean/median/ %	SD/IQR	Min-Max
Usia Ibu (tahun)	16	33,3	6,73	22-43
Usia anak (bulan)	16	5,5	4,00	2-36
Pendidikan	20			
SD	5	25,0		
SMP	5	25,0		
SMA/SMK	8	40,0		
PT	2	10,0		
Tempat tinggal	21			
Pasir Putih	11	52,4		
Serua	10	47,6		

Data mengenai pengetahuan ibu balita mengenai ASI dan manajemen laktasi tidak berdistribusi normal. Nilai tengah median pada pretest adalah 60 dengan interkuartil-range sebesar 60. Nilai median posttest 80 dengan interkuartil-range sebesar 60. Nilai minimum dan maksimum pada pretest dan posttest adalah 20. Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan nilai tengah skor posttest yang naik sebesar 20 poin, artinya terjadi peningkatan pengetahuan ibu mengenai manajemen laktasi. Hasil ini sejalan dengan kegiatan penyuluhan oleh Muthia (2022) di Kota

Padang, sejumlah 85% peserta penyuluhan menjadi paham mengenai pentingnya ASI eksklusif dan ASI perah (Muthia et al., 2022).

Tabel 2. Perbedaan Skor Pretest dan Posttest Pengetahuan Ibu Balita

Variabel	n	Median	IQR	Min-Max	p-value
Pretest	21	60	60	20-100	0,003
Posttest	21	80	60	20-100	

Pengetahuan gizi ibu mengenai ASI eksklusif dan manajemen laktasi pada kegiatan ini mengalami peningkatan setelah pemberian penyuluhan dengan lembar balik dan demo mengenai perawatan payudara selama menyusui dan pijat oksitosin. Hasil uji wilcoxon menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan rata-rata pengetahuan gizi ibu balita antara sebelum dan sesudah intervensi dengan p value = 0,003. Pada kegiatan pengabdian oleh Haryanto (2021) di Banten, ibu-ibu yang mendapat materi ASI eksklusif dan manajemen laktasi, meningkat pengetahuannya tentang teknik menyusui dan cara meningkatkan produksi ASI. Pada penelitian mengenai manajemen laktasi di Jember, diketahui bahwa terdapat pengaruh antara manajemen laktasi terhadap pemberian ASI eksklusif, terutama pada ibu rumah tangga. Manajemen laktasi merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap keberhasilan ASI eksklusif (Dewi et al., 2020; Haryanto et al., 2021)

Tabel 3. Distribusi Peningkatan Skor Pengetahuan Gizi dan Kesehatan

Skor Pengetahuan	n	%
Naik	12	57,1
Tetap/ tidak naik	9	42,9

Hasil posttest pada sebagian besar ibu balita mengalami peningkatan skor pengetahuan ASI dan manajemen laktasi yaitu sebanyak 57,1%. Ibu balita yang tidak mengalami peningkatan skor pengetahuan 42,9%. Hal ini membuktikan bahwa lebih dari 50% mendapatkan manfaat kegiatan penyuluhan mengenai manajemen laktasi menggunakan lembar balik dan praktik perawatan payudara selama menyusui serta pijat oksitosin. Dengan adanya pijat oksitosin, kenyamanan ibu meningkat sehingga dapat memproduksi ASI lebih banyak. Pemijatan oksitosin yang dilakukan di bagian punggung, merangsang pengeluaran oksitosin sehingga ibu lebih relaks. Kepada ibu balita peserta kegiatan, tim pengabdian juga membagikan video edukasi mengenai manajemen laktasi dan pijat oksitosin yang dapat diakses melalui URL: <https://youtu.be/DUlpmUCAXb8?si=vsD9xNu2tz4SATEF>. Hal tersebut dilakukan supaya ibu balita dapat mengakses video untuk mempraktikkan manajemen laktasi setiap saat diperlukan.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan di Kelurahan Serua, Bojongsari, Depok



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan di Kelurahan Pasir Putih, Sawangan, Depok



Gambar 3. Penggunaan Media Lembar Balik dengan Materi Manajemen Laktasi

### **Simpulan dan rekomendasi**

Kegiatan penyuluhan manajemen laktasi kepada ibu balita di wilayah Depok berjalan dengan baik, ibu-ibu peserta kegiatan juga mengikuti dengan antusias. Terdapat peningkatan pengetahuan ibu mengenai manajemen laktasi setelah diberikan penyuluhan, dan perbedaannya signifikan dari nilai sebelum diberikan penyuluhan. Selain memberikan materi menggunakan media edukasi lembar balik, pada pengabdian ini juga menghasilkan video edukasi mengenai manajemen laktasi. Saran untuk kegiatan ke depannya yaitu agar dapat dilakukan di lebih banyak wilayah supaya lebih banyak ibu balita yang teredukasi dan menerima manfaat penyuluhan manajemen laktasi.

### Daftar Pustaka

- Achadi, E. L., Achadi, A., & Aninditha, T. (2020). *Pencegahan Stunting Pentingnya Peran 1000 Hari Pertama Kehidupan*.
- Aprillia, Y. T., Nugraha, S., & Mawarni, E. S. (2019). *Efektifitas Kelas Edukasi Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi) Dalam Peningkatan Pengetahuan Ibu Bayi*. 9(2).
- Balitbangkes, K. R. (2018). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2018. In *Riset Kesehatan Dasar 2018* (pp. 182–183).
- Chandra, B. R., Saprudin Darwis, R., & Humaedi, S. (2021). PERAN PEMBERDAYAAN KESEJAHTERAAN KELUARGA (PKK) DALAM PENCEGAHAN STUNTING. In *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial e* (Vol. 4, Issue 2).
- Desi Kurniawati Jurusan Gizi, A., Desi Kurniawati, A., Anggraeni, O., Arimba Wani, Y., Budhi Harti, L., Rahmi, Y., & Sarita Rahmawati, I. (2021). *Peningkatan Wawasan dan Kesadaran Ibu Terkait Manajemen Laktasi dan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Untuk Menjaga Status Gizi Balita Increasing Mother's Insight and Awareness Related to Management of Lactation and Complementary Foods to Maintain Infant Nutritional Status*. 1(2), 65–75.
- Dewi, F. W., Soesetijo, F. A. S., & Ningtyas, F. W. (2020). Manajemen Laktasi Ibu Rumah Tangga Pada Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Sumbersari Kabupaten Jember. *Multidisciplinary Journal*, 3(2).
- Dwi Fatmawati, Y., Rosyadah, R., Dara Damayanti, M., Puti Abigael, D., Ismawati, F., Fil Ilimi, A., Okta Ratnaningtyas, T., Kharisma Persada, Stik., Pajajaran No, J., & Barat, P. (2020). KULIAH WHATSAPP DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU TERHADAP PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA DI MASA PANDEMI WHATSAPP LECTURES IN IMPROVING MOTHER'S KNOWLEDGE ON STUNTING PREVENTION IN TODDLER IN THE PANDEMIC PERIOD. In *Jurnal Abdi Masyarakat* (Vol. 1, Issue 1).
- Haryanto, R., Ratnasari, F., Hastuti, E. P., Oktariani, L., & Sitompul, O. H. (2021). Meningkatkan Pengetahuan Mengenai Pemberian ASI Eksklusif dan Manajemen laktasi Melalui Penyuluhan pada Ibu. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(6), 1420–1427.
- Izah, N., Qudriani, M., & Furqoni, L. (2022). Pengaruh Kelas Balita Girang terhadap Peningkatan Status Gizi pada Balita Gizi Kurang, Buruk Dan Stunting. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 7(4), 368.  
<https://doi.org/10.30829/jumantik.v7i4.12547>
- Muthia, G., Ariyani, F., & Arifin, Y. (2022). PENCEGAHAN STUNTING MELALUI EDUKASI TENTANG MANAJEMEN LAKTASI PADA 1000 HARI PERTAMA



KEHIDUPAN. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 957–960. <https://doi.org/10.31004/cdj.v3i2.4294>

Novarita, Martina, R., Zakiah, Marnia, E., R. A., Defriyana, D., & Et, A. (2020). Profil Kesehatan Kota Depok Tahun 2020. *Dinkes Kota Depok 2020*, 100.

Rachmi, C. N., Agho, K. E., Li, M., & Baur, L. A. (2017). Are stunted young Indonesian children more likely to be overweight, thin, or have high blood pressure in adolescence? *International Journal of Public Health*, 62(1), 153–162. <https://doi.org/10.1007/s00038-016-0905-x>