

## PENCEGAHAN STUNTING MELALUI EDUKASI MANAJEMEN LAKTASI

**Shinta Ayu Retnawati, Etika Khoiriyah**

<sup>1,2</sup> Akademi Kebidanan Anugerah Bintan

Email : shintaayuretnawati@gmail.com

### ABSTRAK

Angka Stunting di Provinsi Kepulauan Riau tahun 2021 sebesar 17,6%. Sementara target pemerintah sebesar 14%, sehingga perlu upaya untuk dapat mencapainya. Salah satu upaya untuk mencegah stunting adalah dengan melakukan pemberian ASI Eksklusif, dan dilanjutkan dengan 2 tahun, pemberian makan bergizi dan stimulasi pada bayi dan anak. Menyusui menjadi salah satu kewajiban ibu menyusui untuk dilakukan kepada bayinya, informasi dan teknik-teknik keberhasilan dalam menyusui jarang diberikan secara interaktif, padahal pemahaman terkait manajemen laktasi yang baik akan membantu mensukseskan ibu dalam pemberian asi eksklusif. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu menyusui terkait manajemen laktasi. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini dimulai dari tahap persiapan, sosialisasi dan pelaksanaan edukasi, dengan sebelumnya dilakukan pretest dan posttest untuk evaluasi. Dari hasil pelaksanaan pemberian edukasi tersebut diketahui pengetahuan peserta meningkat. Kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan baik. Kegiatan pengabdian ini dilakukan untuk membantu ibu dalam mendapatkan pengetahuan terkait manajemen laktasi. Antusiasme ibu muda terlihat sangat tinggi dan menghasilkan tekad yang kuat untuk dapat memberikan ASI eksklusif dengan baik kepada bayi-bayi mereka. Tingkat keberhasilan kegiatan ini 80%, dinilai dari tanggapan dan pertanyaan dari para peserta.

**Kata Kunci:** Edukasi, manajemen laktasi, stunting

### ABSTRACT

The stunting rate in the Riau Islands Province in 2021 was 17.6%. Meanwhile, the government's target is 14%, so efforts are needed to achieve it. One effort to prevent stunting is to provide exclusive breastfeeding, and continue for 2 years, providing nutritious food and stimulation to babies and children. Breastfeeding is one of the obligations that breastfeeding mothers have to carry out for their babies. Information and techniques for successful breastfeeding are rarely provided interactively, even though an understanding of good lactation management will help mothers succeed in providing exclusive breastfeeding. This community service activity is to increase breastfeeding mothers' knowledge regarding lactation management. The method used in this service starts from the preparation, socialization and education implementation stages, with pretests and posttests previously carried out for evaluation. From the results of the implementation of this education, it is known that participants' knowledge has increased. Community service activities are going well. This service activity is carried out to help mothers gain knowledge related to lactation management. The enthusiasm of young mothers looks very high and results in a strong determination to be able to provide exclusive breast milk to their babies. The success rate of this activity was 80%, judged from the responses and questions from the participants.

**Keywords:** Education, lactation management, stunting

## PENDAHULUAN

Isu terkini masalah gizi antara lain adalah stunting. Stunting adalah suatu situasi dimana seseorang mempunyai tinggi badan sehat dianggap tidak proporsional jika dibandingkan dengan umur orang Indonesia yang sehat. Dengan demikian periode 1000 Hari pertama kehidupan seyogyanya mendapat perhatian khusus karena menjadi penentu tingkat pertumbuhan fisik, kecerdasan, dan produktivitas seseorang di masa depan. Stunting hingga saat ini menjadi masalah prioritas untuk ditangani pemerintah Indonesia. Pencegahan stunting memerlukan intervensi gizi yang terpadu, mencakup intervensi gizi spesifik dan gizi sensitif (Hamidah S & Inayah Z, 2021).

Angka Stunting di Provinsi Kepulauan Riau tahun 2021 sebesar 17,6%. Sementara target pemerintah sebesar 14%, sehingga perlu upaya untuk dapat mencapainya (Dinkes Kepri, 2022)

Salah satu upaya untuk mencegah stunting adalah dengan melakukan pemberian ASI Eksklusif, dan dilanjutkan dengan 2 tahun, pemberian makan bergizi dan stimulasi pada bayi dan anak.

Ibu sebagai pelopor peningkatan kualitas sumber daya manusia patut untuk meningkatkan

pengetahuannya serta menyadari akan pentingnya pemberian ASI Eksklusif. Meskipun pada dasarnya setiap ibu pasca melahirkan secara naluri mampu menjalankan tugasnya untuk menyusui bayinya. Namun demikian, untuk mempraktikkan bagaimana menyusui yang baik dan benar setiap ibu perlu mempelajarinya. Tidak hanya bagi ibu yang baru pertama kali hamil dan melahirkan, tetapi juga pada ibu yang baru melahirkan anak kedua dan seterusnya. Karena setiap bayi lahir merupakan individu tersendiri, yang mempunyai variasi dan spesifikasi sendiri, sehingga perlu adanya edukasi untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian ASI. Tujuan pendidikan ASI adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu, dan melihat ibu ketika menyusui, serta membantu mereka mengembangkan sikap positif terhadap pemberian ASI (Mariani & Hasanah YR, 2022).

Pemberian ASI eksklusif bukan hanya semata didasarkan pada pertimbangan bahwa ASI adalah makanan terbaik bagi bayi, akan tetapi juga menjadi bagian integral dari proses reproduksi yang memiliki implikasi penting bagi kesehatan ibu yang menyusui. Pemberian ASI eksklusif artinya tidak

memberikan bayi makanan atau minuman lain, termasuk air putih (kecuali obat-obatan dan vitamin atau mineral tetes/ ASI Perah)

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan edukasi kepada ibu menyusui terkait manajemen laktasi di Kampung Wonosari Kelurahan Batu IX.

## METODE

Mitra pengabdian adalah: Ketua RW 11 Kelurahan Batu IX. Tahapan kegiatan meliputi:

- Identifikasi masalah yang melibatkan ibu ketua kader Posyandu Wijaya Kusuma Wilayah RW 11, Kelurahan Batu IX. Hasil identifikasi masalah adalah masih adanya anak stunting sebanyak 4 balita dan kurangnya pengetahuan ibu terkait Manajemen Laktasi. Selanjutnya ijin akan dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat berupa Edukasi Manajemen Laktasi.
- Pelaksanaan pengabdian dengan melakukan pretest dan posttest. Pelaksanaan pengabdian masyarakat meliputi; (1) Pretest, meliputi pengetahuan tentang ASI, menyusui, stimulasi dengan menggunakan

kuesioner, sedangkan praktik manajemen laktasi dengan menggunakan lembar observasi; (2) Memberikan Edukasi tentang ASI, menyusui, MPASI dan praktik perawatan payudara, menyusui dengan benar, dan memerah ASI dan (3) Melakukan posttest dengan pertanyaan yang sama dengan pretest.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi di Kampung Wonosari Kelurahan Batu IX terlaksana pada hari Sabtu, tanggal 18 Maret 2023.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan

Target utama dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu menyusui memahami dan mengetahui tentang manajemen laktasi dan mulai mempersiapkannya sesegera mungkin supaya ibu dapat

memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Hasil kegiatan abdimas yang sudah dilakukan adalah sebagai berikut.

Pengabdi melakukan pretest tingkat pengetahuan tentang manajemen laktasi menggunakan kuesioner yang diisi sebelum kegiatan dimulai. Pengabdi menyampaikan materi tentang manajemen laktasi. Pengabdi melakukan post test kepada ibu terkait dengan materi yang sudah disampaikan.

**Tabel 1. Hasil pretest dan Posttest**

Variabel	Pretest	Posttest
Pengetahuan ASI dan menyusui	56%	87%
Pengetahuan stimulasi	45%	87%
Praktek perawatan payudara	53%	83%
Praktik Menyusui yang benar	40%	80%
Praktek cara memerah ASI	52%	78%
Praktek stimulasi 0-3 bulan	62%	80%
Praktek stimulasi 3-6 bulan	48%	83%

Pembelajaran tentang ASI, menyusui, makanan pendamping ASI dan stimulasi, penting dilakukan melalui metode apapun. Kita tahu bahwa masyarakat Indonesia terdiri dari berbagai macam tingkat sosial ekonomi. Hemat kami memberikan pembelajaran besar pengaruhnya pada masyarakat untuk dapat mengikuti pembelajaran yang

diberikan. Hal ini penyebabnya adalah masyarakat setiap hari akan selalu bertemu dan dimungkinkan akan berdiskusi tentang apa yang sudah didapatkan dalam pembelajaran, dan selanjutnya mudah untuk dilaksanakan. ASI adalah nutrisi yang tepat untuk menunjang pertumbuhan, kesehatan, dan perkembangan bayi secara maksimal sehingga pemberian ASI eksklusif dianjurkan selama masih mencukupi kebutuhan bayi. ASI eksklusif diberikan selama enam bulan dan untuk memantau kecukupannya, bisa dilakukan penilaian pertumbuhan.

Pemahaman terkait ASI ini penting untuk dipahami khususnya karena jika dilihat kondisi saat ini promosi iklan susu yang sangat banyak tentu akan sangat mudah untuk mempengaruhi ibu menyusui ini untuk mengambil jalan pintas dengan pemberian susu formula.

Manfaat ASI yang tidak dapat dilihat secara langsung terkadang menjadi salah satu alasan juga, padahal jika ibu ini diberikan informasi mendalam akan manfaat jangka panjang terkait pemberian ASI ini maka ibu pun pasti akan mengupayakan lebih untuk kesuksesan Asi Eksklusif.

Selain hal itu juga disampaikan beberapa permasalahan yang juga

dapat menyebabkan kegagalan asi eksklusif ini yaitu seperti puting gepeng yang dibiarkan tanpa ada upaya pemijatan payudara, puting lecet dan cara mengatasinya, mastitis (bengkak payudara) dan cara mengobatinya, serta diingatkan juga terkait syarat ibu yang tidak boleh memberikan asi eksklusif pada bayinya karena sang ibu menderita penyakit berat ataupun sedang dalam pengobatan yang membutuhkan obat keras (sakit kanker), sehingga diluar kondisi-kondisi tersebut pada dasarnya semua ibu bisa memberikan asi eksklusif pada bayinya tanpa kendala (Kurniasari L, dkk, 2020). Jadi hanya tinggal memupuk semangat ibu menyusui bisa serta dukungan orang sekitar, mulai dari keluarga inti, hingga masyarakat di sekitar tempat tinggal, dan juga dukungan dari pemerintah setempat.

### KESIMPULAN

Kegiatan ini sangat membuat antusias bagi wanita yang hadir, dan mereka merasa memiliki kepercayaan diri untuk dapat melakukan manajemen laktasi. Hasil pencapaian keberhasilan kegiatan ini sebesar 80% dilihat dari berbagai tanggapan dan pertanyaan yang sangat baik dan jawaban yang mendekati sempurna saat beberapa

pertanyaan diberikan. Kegiatan ini seharusnya menjadi agenda rutinan dari posyandu, ataupun kelurahan dan dilakukan minimal diulang setiap 3 bulan sekali, dan sebaiknya kedepannya dibuat kader atau sahabat ibu untuk mampu meneruskan informasi ini secara terus menerus dan informasi ini akan terus tersampaikan secara baik kepada para ibu-ibu muda, sehingga keberhasilan atau pencapaian benar-benar akan terlihat dari tingkat bawah yaitu masyarakat.

### DAFTAR PUSTAKA

- Seftia BA, Novianti, Maryani D. (2020). Implementasi Manajemen Persiapan Laktasi. *Journal of Midwifery*. Vol 8 (02).
- Kurniasari L, Setiawati E, Syekura A. (2020). Edukasi Manajemen Laktasi Pada Ibu Muda untuk Mencetak Kepercayaan Diri dalam Mencetak Generasi Unggul. *Jurnal Masyarakat Mandiri* Vol 4 (2).
- Mariani & Hasanah Y. (2022). Pengaruh Edukasi Manajemen Laktasi terhadap Pengetahuan dan Motivasi Ibu Hamil dalam Pemberian ASI Ekslusif. *Jurnal Ilmiah Keperwatan*, Vol 8 (4).
- Muthia G, Ariyani F, Arifin Y. (2022). Pencegahan Stunting Melalui Edukasi tentang Manajemen Laktasi Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Community Development Journal*. Vol 3 (2).
- Hamidah S & Inayah Z. (2021). Edukasi tentang ASI, manajemen Laktasi, Makanan Pendamping ASI dan Stimulasi Bayi di Karangpoh, Kabupaten Gresik. *Community Empowerment*. Vol 6 (7).

Himalaya D & Maryani D. (2021).  
Paket Edukasi Kesuksesan Ibu  
dalam Menyusui. Journal of  
Midwifery. Vol 9 (1).