

Upaya Eliminasi Stunting Melalui Capacity Building Persiapan Laktasi Sejak Kehamilan

Rahayu Widaryanti^{a*}, Muflih^b, Fika Lilik Indrawati^c,

^a Prodi Kebidanan Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta, Sleman, DIY, Indonesia

^b Prodi Keperawatan Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta, Sleman, DIY, Indonesia

^c Prodi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi, Universitas Respati Yogyakarta, Sleman, DIY, Indonesia

*corresponding author: rwidaryanti@respati.ac.id

Abstract

Stunting menjadi salah satu prioritas nasional, dimana pemerintah menargetkan penurunan prevalensi stunting menjadi 14% pada tahun 2024. Prevalensi stunting di Daerah Istimewa Yogyakarta pada tahun 2020 mengalami peningkatan menjadi 11,08% dari 10,69 pada tahun 2019, kondisi serupa juga terjadi di Kabupaten Bantul dimana prevalensi stunting pada tahun 2019 sebanyak 7,73% dan terjadi peningkatan pada tahun 2020 menjadi 9,74%, berdasarkan data pengukuran bulan Agustus diperoleh data 11 balita dengan status sangat pendek dan 84 balita dengan status pendek. Pendekatan yang dilakukan dalam kegiatan ini yaitu pemberdayaan melalui capacity building meliputi peningkatan pengetahuan, keterampilan, sikap dan perilaku peserta, selain itu peserta juga dibekali kemampuan untuk menyelesaikan masalah dan mengambil keputusan secara efektif dan efisien. Instrumen yang digunakan untuk mengukur efektivitas kegiatan yaitu menggunakan angket yang diisi sebelum dan setelah kegiatan. Kegiatan dilakukan pada bulan Juni- September 2022 dengan jumlah peserta 30 ibu hamil yang berdomisili di Desa Srimartani, Piyungan, Bantul. Hasil kegiatan yaitu meningkatkan pengetahuan ibu tentang manajemen laktasi sebanyak 47 poin serta peningkatan keterampilan ibu mengenai perawatan payudara untuk persiapan menyusui dan tehnik menyusui yang benar sebanyak 52 poin. Kesimpulan kegiatan capacity building mengenai manajemen laktasi sejak kehamilan efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai manajemen laktasi dan keterampilan perawatan payudara untuk persiapan menyusui.

Keywords: Eliminasi, Stunting, Laktasi, Kehamilan

1. Pendahuluan

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh yang disebabkan karena kekurangan energi dalam waktu yang lama bahkan sejak bayi dalam masih kandungan. Stunting menjadi salah satu prioritas nasional, dimana pemerintah menargetkan penurunan prevalensi stunting menjadi 14% pada tahun 2024. Prevalensi stunting di Daerah Istimewa Yogyakarta pada tahun 2020 mengalami peningkatan menjadi 11,08% dari 10,69 pada tahun 2019, kondisi serupa juga terjadi di Kabupaten Bantul dimana prevalensi stunting pada tahun 2019 sebanyak 7,73% dan terjadi peningkatan pada tahun 2020 menjadi 9,74%. Melihat kondisi tersebut pada tahun 2021 mengeluarkan keputusan Bupati Bantul nomor 112 tahun 2021 tentang desa lokus prioritas penanggulangan stunting dan salah satu Desa Srimartani merupakan salah satu wilayah yang termasuk dalam keputusan tersebut. Berdasarkan data pengukuran bulan Agustus di Desa Srimartani terdapat 11 balita dengan status sangat pendek dan 84 balita dengan status pendek.

Pemerintah mengupayakan penurunan stunting melalui intervensi gizi spesifik dan intervensi sensitif. Intervensi gizi spesifik berfokus pada sektor kesehatan pada periode 1000 hari pertama kehidupan sedangkan intervensi gizi sensitif berfokus di luar sektor kesehatan yang berhubungan dengan penyebab tidak langsung terhadap stunting meliputi penyediaan air bersih, sanitasi, pelayanan gizi dan kesehatan serta peningkatan pola asuh dan gizi yang optimal dan peningkatan akses pangan yang bergizi. ASI eksklusif merupakan salah satu intervensi gizi spesifik yang berpengaruh besar terhadap kejadian stunting, namun praktik pemberian ASI eksklusif bukanlah hal yang mudah, banyak kendala yang dialami oleh ibu dalam memberikan ASI.

Kegagalan pemberian ASI eksklusif disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif, kurangnya dukungan baik dari keluarga, lingkungan maupun tenaga kesehatan atau kondisi anatomi payudara (putting susu datar/tenggelam), serta ibu yang bekerja. Untuk meningkatkan keberhasilan pemberian ASI dapat dilakukan dengan pemberian edukasi dan pendampingan oleh tenaga kesehatan atau konselor laktasi minimal 7 kali. Kontak 1 dan 2 dengan konselor laktasi dimulai sejak kehamilan yaitu usia kehamilan 28 dan 36 minggu, dilanjutkan pada saat persalinan dengan inisiasi menyusui dini (IMD), selama perawatan persalinan, nifas hari ke 7, hari ke 14 dan kontak ke 7 pada nifas hari ke 39.

Selain pengetahuan ibu hamil perlu dibekali keterampilan mengenai perawatan payudara dan tehnik menyusui yang benar. Perawatan payudara dan tehnik menyusui yang benar mempunyai banyak manfaat untuk keberhasilan menyusui.

2. Metode

Pendekatan yang dilakukan dalam kegiatan ini yaitu pemberdayaan melalui *capacity building* meliputi peningkatan pengetahuan, keterampilan, sikap dan perilaku peserta, selain itu peserta juga dibekali kemampuan untuk menyelesaikan masalah dan mengambil keputusan secara efektif dan efisien. Instrumen yang digunakan untuk mengukur efektivitas kegiatan yaitu menggunakan angket yang diisi sebelum dan setelah kegiatan. Kegiatan dilakukan pada bulan Juni-September 2022 dengan jumlah peserta 30 ibu hamil yang berdomisili di Desa Srimartani, Piyungan, Bantul.

3. Hasil dan Diskusi

Kegiatan edukasi persiapan laktasi dilaksanakan bersamaan dengan kelas ibu hamil yang dilaksanakan di Balai Desa Srimartani, Piyungan, Bantul, DIY. Kegiatan *capacity bulding* meliputi peningkatan pengetahuan mengenai manajemen laktasi terdiri dari pentingnya pemberian ASI, IMD, perawatan payudara dan tehnik menyusui yang benar sehingga diharapkan peserta mempunyai bekal pengetahuan dan keterampilan Ketika bayinya lahir. Sebelum mengikuti kegiatan peserta mengisi angket pretest untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu mengenai manajemen laktasi. Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan angket posttest sehingga dapat diketahui perubahan pengetahuan dan keterampilan sebelum dan setelah mengikuti kegiatan. Berikut hasil nilai pretest dan posttest.

Tabel 1. Hasil Nilai Pretest dan Posttest

Keterangan	Median (n=30)		Δ Pretest-Posttest
	Pretest	Posttest	
Pengetahuan Manajemen Laktasi	44	91	47
Keterampilan perawatan payudara dan tehnik menyusui yang benar	36	88	52

Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan tabel 1 nilai median pretest pengetahuan ibu hamil mengenai manajemen laktasi yaitu 44 (n=30), dan nilai posttest sebanyak 91, sehingga terdapat peningkatan nilai media sebanyak 47. Pengukuran keterampilan perawatan payudara dan tehnik menyusui yang benar dilakukan menggunakan checklist, hasil peningkatan nilai median keterampilan perawatan payudara dan tehnik menyusui sebanyak 52. Ibu hamil perlu dibekali pengetahuan tentang manajemen laktasi sejak kehamilan dengan tujuan mengurangi risiko kegagalan pemberian ASI pada awal periode menyusui. Ibu hamil sebaiknya kontak dengan konselor laktasi minimal 2 kali pada masa kehamilan yaitu pada usia kehamilan 28 minggu dan 36 minggu. Pada kontak 1 ibu akan dibekali tentang mekanisme menyusui serta kontak ke 2 ibu akan mendapatkan pemantapan materi tentang menyusui dan kesipan keluarga. Ibu yang sudah memahami mengenai proses fisiologi laktasi tidak akan panik Ketika ASI belum keluar banyak pada hari pertama sampai ketiga, karena hal ini merupakan kondisi normal.

Pemberian edukasi mengenai manajemen laktasi yang dimulai sejak masa kehamilan dapat meningkatkan cakupan pemberian ASI Eksklusif sebesar 43% (95% CI 9-87) pada hari pertama, pada 0-1 bulan sebanyak 30% (19-42), dan pada 1-6 bulan sebesar 90%. Penelitian lain menjelaskan bahwa terdapat pengaruh positif pada ibu yang mengikuti program edukasi manajemen laktasi pada masa kehamilan terhadap peningkatan pemberian ASI eksklusif, sehingga direkomendasikan agar diadakan program edukasi selama kehamilan serta mengajak ibu hamil untuk berpartisipasi mengikuti kelas tersebut. Pemberian edukasi manajemen laktasi pada kehamilan dapat meningkatkan self-efficacy serta kemampuan ibu untuk memecahkan masalah menyusui pada saat postpartum, sehingga kondisi ini akan meningkatkan prevalensi keberhasilan menyusui.



Gambar. 1 kegiatan kelas ibu hamil di desa srimartani

Sumber: Data Primer (2022)

Pemberian keterampilan mengenai perawatan payudara kepada ibu hamil juga mempunyai banyak keuntungan antara lain memelihara kebersihan payudara, melenturkan area puting susu sehingga dapat menurunkan resiko lecet, selain itu juga dapat menjadi deteksi dini jika ditemukan kondisi puting susu datar/terbenam. Berdasarkan beberapa literatur kondisi puting susu datar/terbenam merupakan salah satu penyebab kegagalan dari pemberian ASI, namun hal ini dapat di minimalisir jika ibu sudah mendapatkan keterampilan mengenai tehnik menyusui sejak masa kehamilan. Selain keterampilan mengenai perawatan payudara keterampilan tehnik menyusui yang benar dapat meningkatkan keberhasilan menyusui, karena masalah yang timbul pada periode menyusui seringkali disebabkan karena tehnik menyusui yang kurang tepat. Posisi dan perlekatan saat menyusui yang kurang tepat dapat berakibat puting susu lecet, bendungan ASI, mastitis hingga abses payudara.

4. Kesimpulan

Setelah dilakukan kegiatan *capacity building* terdapat perbedaan tingkat pengetahuan ibu sebelum dan setelah mengikuti kegiatan. Adapun jumlah skore peningkatan sebanyak 47

poin, selain itu juga terdapat meningkatkan keterampilan ibu dalam perawatan payudara dan tehnik menyusui yang benar sebanyak 52 poin. Kegiatan manajemen laktasi sejak kehamilan dapat membantu menyiapkan ibu dalam proses menyusui setelah melahirkan.

Ucapan Terima Kasih

Pengabdian memberikan apresiasi yang setinggi-tingginya kepada Pemerintah Desa Srimartani yang telah memberikan support dalam bentuk inkind, serta kami mengucapkan banyak terimakasih kepada Universitas Respati Yogyakarta yang telah memberikan support dana dalam bentuk incash melalui pendanaan hibah internal skema pengabdian kepada masyarakat tahun anggaran 2022.

Referensi

- T. Beal, A. Tumilowicz, A. Sutrisna, D. Izwardy, and L. M. Neufeld, “A review of child stunting determinants in Indonesia,” *Matern. Child Nutr.*, vol. 14, no. 4, p. e12617, 2018, doi: <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>.
- Dinkes DIY, “Profil Kesehatan D.I. Yogyakarta Tahun 2020.” Dinas Kesehatan DIY, Yogyakarta, 2020.
- E. Satriawan, “Strategi nasional percepatan pencegahan stunting 2018-2024,” Jakarta: Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K). Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K), Jakarta, 2018.
- Badan Pusat Statistik (BPS), *Laporan Indeks Khusus Penanganan Stunting 2019-2020*. Jakarta: Badan Pusat Statistik, 2021.
- R. Widaryanti, *Pemberian Makan Bayi dan Anak*. Deepublish, 2019.
- H. Gao et al., “Effects of prenatal professional breastfeeding education for the family,” *Sci. Rep.*, vol. 12, no. 1, pp. 1–4, 2022, doi: <https://doi.org/10.1038/s41598-022-09586-y>.
- H. K. Suradi, Rulina; Tobing, *Bahan Bacaan Manajemen Laktasi Cetakan ke 7*. Jakarta: Perkumpulan Perinatologi Indonesia, 2013.
- R. Widaryanti; and I. R. P. P, “Evaluasi Pasca Pelatihan Konseling Menyusui Terhadap

- Peningkatan Cakupan ASI Eksklusif di Kota Yogyakarta," Med. Respati J. Ilm. Kesehat., vol. 13, no. 4, pp. 9–16, 2018.*
- N. M. R. Widiastuti and K. Widiantari, "Pendampingan Pada Ibu Menyusui Mempengaruhi Keberhasilan Praktek Pemberian ASI pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru Pandemi COVID-19," *J. Genta Kebidanan*, vol. 11, no. 2, pp. 49–55, 2022, doi: <https://doi.org/10.36049/jgk.v11i2.44>.
- Y. Luthfiyati and R. Widaryanti, "Persiapan Laktasi pada Ibu Hamil untuk Mencegah Masalah dalam Pemberian ASI Eksklusif di PMB Istri Yuliani Sleman," in *Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu, 2019*, vol. 1, no. 2, pp. 74–79.
- E. Santacruz-Salas, I. Aranda-Reneo, A. Segura-Fragoso, A. I. Cobo-Cuenca, J. A. Laredo-Aguilera, and J. M. Carmona-Torres, "Mothers' expectations and factors influencing exclusive breastfeeding during the first 6 months," *Int. J. Environ. Res. Public Health*, vol. 17, no. 1, p. 77, 2020, doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph17010077>.
- S. Haroon, J. K. Das, R. A. Salam, A. Imdad, and Z. A. Bhutta, "Breastfeeding promotion interventions and breastfeeding practices: a systematic review," *BMC Public Health*, vol. 13, no. 3, pp. 1–18, 2013, doi: <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-S3-S20>.
- M. Ghaffari, S. Rakhshanderou, J. Harooni, Y. Mehrabi, and A. Ebrahimi, "Prenatal interventional program about mothers' behavior related to exclusive breast feeding: Findings of planned behavior theory-based research," *J. lifestyle Med.*, vol. 9, no. 2, p. 143, 2019, doi: <https://doi.org/10.15280/jlm.2019.9.2>.
- F. S. Shafaei, M. Mirghafourvand, and S. Havizari, "The effect of prenatal counseling on breastfeeding self-efficacy and frequency of breastfeeding problems in mothers with previous unsuccessful breastfeeding: A randomized controlled clinical trial," *BMC Womens. Health*, vol. 20, no. 1, pp. 1–10, 2020.
- R. M. E. R. Widaryanti, *Panduan Pemberian Makan Bayi dan Anak Bagi Kader Dilengkapi Menu MP ASI 4* Untuk Kondisi Normal dan Bencana*. Yogyakarta: Respati Press, 2019.