

Mengenal Sejuta Manfaat Dibalik IMD Di Dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan

Hartatiek Nila Karmila^a, Budhi Setianto^{b*}, Agus Aan Adriansyah^c,
Difran Nobel Bistara^d

^{a,b,c,d}Universitas Nahdlatul Ulama
Email: Budhisetianto@yahoo.com

Abstrak

Dalam hal perkembangan otak, ASI adalah makanan super terbaik. ASI mengandung bermacam-macam nutrisi, faktor pertumbuhan dan hormon yang vital untuk perkembangan otak awal anak. Karena ASI adalah zat hidup dengan komponen unik itu tidak dapat direplikasi dalam susu formula bayi, dampaknya terhadap perkembangan otak tak tertandingi, minimnya pengetahuan serta kepedulian masyarakat terkait pemberian Inisiasi Menyusui Dini terhadap ASI menentukan keberhasilan dalam suksesnya seorang ibu dalam memberikan ASI kepada bayi. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan dalam Pemberian inisiasi menyusui terhadap manfaat ASI pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. Dengan metode dengan mengadakan kelas online laktasi yang diberi nama KELOR (Kelas Laktasi Online RS Islam Surabaya). Peserta sangat antusias sehingga dibentuklah grup lanjutan Whatsup Group sebagai upaya pendampingan para ibu untuk melakukan konsultasi dalam pemberian ASI, dari hasil Pre dan Post Test didapatkan pula dengan adanya kelas ini terjadi peningkatan pengetahuan dari peserta.

Kata kunci : 1000 HPK, IMD, ASI

1. Pendahuluan

Salah satu tujuan pembangunan millennium adalah mengurangi angka kematian balita pada tahun 2015. Ini termasuk penguatan upaya melawan pneumonia dan diare, serta penguatan status gizi ibu dan anak. Dalam beberapa dekade terakhir, urbanisasi yang cepat, berkembang permukiman kumuh perkotaan di negara berkembang, terutama di India, telah menimbulkan keprihatinan public masalah kesehatan, seperti kepadatan, kekurangan air minum yang aman, sanitasi dan kekurangan di berbagai negara yang pada gilirannya memaparkan kelompok usia yang rentan terhadap risiko tinggi penyakit menular, malnutrisi dan gangguan perkembangan kognitif, di tahun awal kehidupan (Kattula et al. 2014). Nutrisi yang baik selama kehamilan dan tahun-tahun pertama kehidupan seorang anak menyediakan blok bangunan penting untuk otak perkembangan, pertumbuhan yang sehat dan sistem kekebalan yang kuat.

Tambahan badan penelitian ilmiah yang berkembang menunjukkan bahwa dasar untuk kesehatan seumur hidup — termasuk kecenderungan obesitas dan penyakit kronis tertentu — sebagian besar ditetapkan selama 1.000 hari pertama kehidupan (Sullivan Lucy & Brumfield Cara 2016).

Dalam hal perkembangan otak, ASI adalah makanan super terbaik. ASI mengandung bermacam-macam nutrisi, faktor pertumbuhan dan hormon yang vital untuk perkembangan otak awal anak. Karena ASI adalah zat hidup dengan komponen unik itu tidak dapat direplikasi dalam susu formula bayi, dampaknya terhadap perkembangan otak tak tertandingi (Basrowi 2016). Menyusui berkontribusi pada perkembangan yang sehat dari otak anak. Otak bayi tidak hanya dibentuk berdasarkan kualitas nutrisi yang mereka dapatkan, tetapi juga berdasarkan kualitasnya, kualitas pengalaman dan interaksi mereka miliki dengan pengasuh. Karena tindakan fisik menyusui melibatkan banyak ibu-anak interaksi dan pengasuhan, itu memainkan peran penting dalam memperkuat sensorik dan emosional bayi (Thousand Days 2017).

Rekomendasi menyusui sebagai cara optimal untuk memberi makan bayi selama tahun pertama kehidupan mereka, bersama dengan penambahan makanan pendamping setelah 6 bulan. Selain itu, semakin banyak bukti yang mendukung menyusui sebagai cara untuk meningkatkan kesehatan wanita setelah kehamilan karena dapat membantunya kembali ke profil metabolisme normal dan untuk menurunkan berat badan yang dia peroleh selama kehamilan (Dieterich et al. 2013). Eksklusif pemberian ASI selama 6 bulan pertama dengan lanjutan menyusui hingga usia 2 tahun dianjurkan oleh banyak institusi kesehatan seperti World Health Organization (WHO) (Shi et al. 2021). Untuk bayi, menyusui memiliki manfaat kesehatan jangka pendek dan jangka panjang. Dalam jangka pendek, menyusui mengurangi risiko gastroenteritis, necrotizing enterocolitis, infeksi telinga, nyeri setelah prosedur minor, masuk kembali ke rumah sakit, infeksi pernapasan, Sindrom Kematian Bayi Mendadak (SIDS), dan infeksi saluran kemih. Dalam jangka panjang, menyusui mengurangi risiko asma, dermatitis atopik (Faradisi et al. 2018), penyakit kardiovaskular, penyakit celiac, diabetes, penyakit radang usus pada masa

kanak-kanak, obesitas, dan gangguan pernapasan saat tidur. Selanjutnya, menyusui dikaitkan dengan peningkatan kognisi dan perkembangan saraf (Nurses 2015), (Clark and Bungum 2003)

Inisiasi Menyusui Dini (IMD) merupakan faktor penentu untuk pemberian ASI eksklusif, oleh karena itu landasan untuk praktik menyusui yang optimal sangatlah penting (Lyellu et al. 2020). Semua kebijakan untuk mempromosikan inisiasi menyusui dini (IMD) harus memberikan suatu perubahan terkait pengetahuan yang buruk di antara beberapa wanita tentang pentingnya perilaku, persepsi masyarakat tentang kuantitas dan kualitas pada waktu menyusui, beberapa keyakinan negatif tentang kolostrum (Nuari et al. 2019). Hambatan seperti itu telah diidentifikasi banyak informasi dan pengalaman tentang cara menangani masalah ini sudah ada. Sebagai contoh adalah penggunaan pedoman, buku pedoman pelatihan dan kartu konseling sudah ada untuk mengatasi persepsi wanita tentang kekurangan susu (Tawiah-Agyemang et al. 2008).

Mengingatnya pentingnya peran IMD dalam pembentukan kekebalan pada bayi dan fungsi ASI yang sangat banyak perlu diadakan suatu edukasi kepada masyarakat terkait hal tersebut untuk memperoleh kebaikan di 1000 Hari Pertama Kehidupan (Imelda and Darti 2019). Dalam hal ini pengabdian masyarakat adalah dengan menggunakan kelas laktasi online yang bertempat di Komunitas Grup Laktasi RS Islam Surabaya. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah (1) Memberikan pemahaman terhadap peserta terkait manfaat IMD, ASI dan 1000 Hari Pertama Kehidupan, (2) Membentuk komunitas di kelas laktasi online sehingga peserta dapat saling berbagi pengalaman dan cerita terkait pemberian ASI kepada sesama peserta

2. Metode

Kegiatan di adakan di RS Islam Surabaya, dengan melibatkan beberapa karyawan dan pasien yang mengikuti program kelas laktasi online, berikut adalah tahap kegiatan yang akan dilakukan pengmas (Ayu Fitrianiingsih, Cahyo Hasanudin, Ali Mujahidin, Ali Noerudin 2020) sebagai berikut

A. Tahap Persiapan

1. Mapping Permasalahan
2. Pembentukan Panitia Kegiatan Kelas Laktasi Online RS Islam Surabaya
3. Menetapkan Materi
4. Peralatan
 - a. Studio
 - b. Platform Zoom Meeting
5. Acara

Kelas laktasi online RS Islam Surabaya (KELOR) merupakan kelas serial yang akan diadakan setiap minggu

6. 5 W 1 H Serial Kelor

Kelor merupakan Kelas Laktasi Online RS Islam Surabaya merupakan pengabdian masyarakat dari Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, peserta adalah seluruh peserta yang telah melakukan registrasi secara online yang telah di siapkan Link nya oleh panitia. Pelaksanaan kelas akan dilakukan setiap sabtu dengan menggunakan platform zoom dengan durasi waktu selama 1 jam

B. Tahap Pelaksanaan

1. Mencari Peserta. Panitia membagikan link kepada masyarakat umum untuk di daftar sebagai peserta
2. Pelaksanaan Serial Kelor, pelaksanaan dengan menggunakan platform zoom
3. Pembentukan WAG (*Whatsup Grup*) Serial Kelor. Bagi peserta yang berkenan untuk masuk ke grup WA maka di fasilitasi di grup WA

C. Tahap Evaluasi

1. Pendampingan di WAG (*Whatsup Grup*). Pada saat pendaftaran peserta di ajukan pertanyaan apakah berkenan masuk ke dalam Whatsup Grup, jika berkenan peserta akan dimasukkan WAG. jika tidak berkenan tidak dimasukkan kedalam WAG
2. Berbagi Pengalaman. Didalam Whatsup Grup peserta akan diadakan pendampingan dengan didampingi beberapa tenaga professional kesehatan

yang mendampingi selama didalam grup tersebut. Peserta WAG bebas mengajukan pertanyaan dan berbagi pengalaman dengan yang lain.

3. Hasil Dan Diskusi

Berikut adalah hasil kegiatan Serial Kelor Mengenal Sejuta Manfaat Dibalik IMD Di Dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan

Tabel 1 Demografi Peserta Serial Kelor Mengenal Sejuta Manfaat Dibalik IMD Di Dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan

No	Keterangan	Jumlah	Prosentase
1	Karyawan RS Islam Surabaya	51	33,3%
2	Umum	102	66,7%
No	Usia	Jumlah	Prosentase
1	< 25 Tahun	15	9,8%
2	25 - 30 Tahun	77	50,3%
3	30 - 35 Tahun	34	22,2%
4	35 - 40 Tahun	13	8,5%
5	40 Tahun<	14	9,2%
No	Status	Jumlah	Prosentase
1	ASN	10	6,5%
2	Karyawan Swasta	94	61,4%
3	Mengurus Rumah Tangga	46	30,1%
4	Usaha Sendiri	3	2,0%
	Row Labels	Jumlah Anak	
1	1 Anak	90	58,8%
2	2 Anak	33	21,6%
3	3 Anak	22	14,4%
4	Lebih Dari 3 Anak	8	5,2%
Grand Total		153	100,0 %

Berdasarkan Tabel 1 didapatkan bahwasanya sebagian peserta adalah peserta umum dengan peserta dengan usia 25 – 30 Tahun dengan profesi karyawan swasta yang memiliki anak 1

Tabel 2 Apakah Peserta selalu Mencari Pengetahuan Informasi Pemberian ASI

No	Keterangan	Jumlah	Prosentase
1	Kadang - Kadang	51	33,3%
2	Selalu	100	65,4%
3	Tidak Pernah	2	1,3%
Grand Total		153	100,0%

Berdasarkan Tabel 2 sebagian peserta selalu mencari informasi pengetahuan tentang Pemberian ASI. Berikut adalah lamanya pemberian ASI yang diberikan kepada anak peserta

Tabel 3 Lama Pemberian ASI yang diberikan kepada Anak

No	Keterangan	Jumlah	Prosentase
1	< dari 6 Bulan	42	27,5%
2	6 Bulan Asi Eksklusif	48	31,4%
3	12 Bulan Asi	19	12,4%
4	24 Bulan Asi	44	28,8%
Grand Total		153	100,0%

Berdasarkan Tabel 3 sebagian besar peserta memberikan 6 bulan ASI Eksklusif dan 24 Bulan Pemberian ASI, dalam pemberiang ASI Kesuksesan dan keberhasilan ibu dalam menyusui bayi tergantung pada kesiapan ibu sendiri baik secara fisik maupun mentalnya dalam menyusui. Kesiapan dan kesidapan ibu dalam proses melahirkan dan menyusui juga dapat dipengaruhi dipengaruhi oleh pengetahuan ibu perihal manfaat ASI. Pengetahuan ibu yang semakin baik, diestimasi ibu akan lebih siap menyusui samp[ai 24 bulan(Purwiyanti 2011). berikut adalah sumber informasi yang biasanya di Akses oleh Peserta untuk mendapatkan ilmu terkait Pemberian ASI.

Tabel 4 sumber informasi yang biasanya di Akses oleh Peserta untuk mendapatkan ilmu terkait Pemberian ASI

No	Keterangan	Jumlah	Prosentase
1	Bertanya Ke Teman	35	22,9%
2	Diberi Tahu Ibu	30	19,6%
3	Google	32	20,9%
4	Ikut Kelas Laktasi	22	14,4%
5	Membaca Buku	34	22,2%
Grand Total		153	100,0%

Berdasarkan Tabel 5 sebagian besar biasanya peserta mengakses informasi dari membaca buku, bertanya ke teman dan informasi dari GOOGLE. Berikut adalah metode pemberian ASI yang diberikan kepada anak

Tabel 5 metode pemberian ASI yang diberikan kepada anak

No	Keterangan	Jumlah	Prosentase
1	Campur Dengan Susu Formula	19	12,4%
2	Full Asi	28	18,3%
3	Menyusukan ASI Secara Langsung	76	49,7%
4	Menyusukan Dengan Melakukan Pumping	30	19,6%
Grand Total		153	100,0%

Berdasarkan Tabel 5 didapatkan bahwa sebagian besar bahwa para ibu menyusukan ASI secara langsung kepada Anak. Teknik terbaik dalam memberikan ASI adalah dengan menyusukan ASI secara langsung ke pada bayi, hal ini disebabkan oleh bonding dan skin to skin kepada bayi yang membuat bayi menjadi merasa aman dan relaks (Suwandi 2018). Berikut adalah peran suami dalam upaya memberikan dukungan secara moral terkait Pemberian ASI pada Anak.

Tabel 6 Dukungan Suami Terhadap Pemberian ASI

No	Keterangan	Jumlah	Prosentase
1	Kadang - Kadang	69	45,1%
2	Selalu	56	36,6%
3	Tidak Pernah	28	18,3%
Grand Total		153	100,0%

Berdasarkan Tabel 6 sebagian besar terkadang memberikan dukungan kepada istri dalam memberikan ASI. Dalam pemberian ASI Dukungan **suami** memberikan peran yang sangat penting dalam capaian keberhasilan ibu dalam pemberian **ASI eksklusif**. Semakin besar dukungan suami terhadap pemberian ASI maka peluang ibu berhasil untuk menyusui anak adalah sangat besar. Dukungan ini berpengaruh terhadap kelancaran refleks pengeluaran **ASI**, karena dipengaruhi oleh perasaan dan emosi ibu (Novira Kusumayanti and Triska Susila Nindya 2017). Berikut adalah Persetujuan peserta serial Kelor untuk di buat *Group WhatsUp*

Tabel 7 Persetujuan peserta serial Kelor untuk di buat *Group WhatsUp*

No	Keterangan	Jumlah	Prosentase
1	Setuju	138	90,2%
2	Tidak Setuju	15	9,8%
Grand Total		153	100,0%

Berdasarkan Tabel 7 didapatkan bahwa sebagian besar peserta menyetujui untuk dimasukkan WAG untuk mendapatkan informasi dan bimbingan terkait ASI. Berikut adalah nilai Pre dan Post Test Peserta Serial Kelor.

Tabel 8 Pre dan Post Test Peserta Serial Kelor.

No	Pernyataan	Pretest	Post Test
1	Arti dari IMD (inisiasi menyusui Dini)	65,50%	85,70%
2	Pengetahuan tentang ASI Eksklusif	63,40%	89,90%
3	Mengenal 1000 Hari Pertama Kehidupan	45,20%	91,20%
4	Mengenal Fungsi Colustrum	67,50%	87,20%
5	Mengenal Menyusui ASI dan Memberi ASI	52,80%	98,40%
6	Mengenal Manfaat IMD	76,30%	92,90%
7	Mengenal MPASI	81,20%	91,50%
8	Mengenal Manfaat ASI eksklusif	76,80%	92,60%
9	Mengenal dan Pahami Pemberian ASI	75,40%	91,80%
10	Mengenal Rangsang Bayi Bila Lapar	78,20%	98,20%
		68,23%	91,94%

Berdasarkan Tabel 8 dari 10 pertanyaan yang ditanyakan dalam Pre dan Post Test didapatkan bahwa terjadi kenaikan nilai Post Test dari berikut adalah pembahasan pertanyaan yang disampaikan kepada peserta



Gambar 1 Komunitas Kelas Laktasi Online RS Islam yang terbentuk dalam satu wadah grup Whatsapp



Gambar 2 Pengumuman Pelaksanaan Kelas Laktasi Online RS Islam Surabaya Yang di posting di seluruh Media Sosial (FB, IG, Twitter)



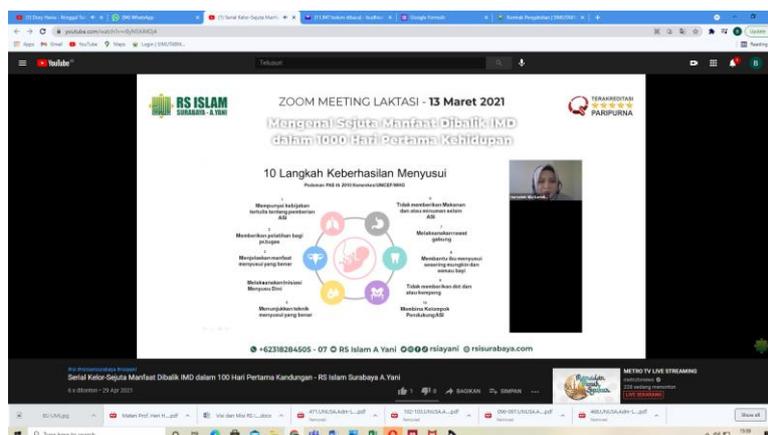
Gambar 3 Pelaksanaan Kelas Laktasi
 Onlain RS Islam Surabaya



Gambar 4 Peserta Kelas Laktasi
 Online RS Islam Surabaya

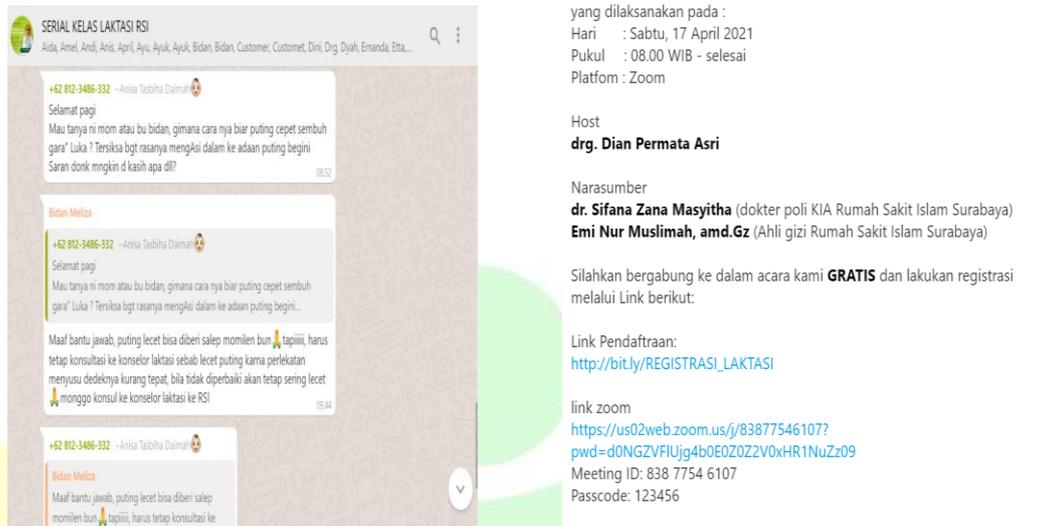


Gambar 5 Materi PPT KELOR



<https://www.youtube.com/watch?v=r8yN5XiMDj4>

Gambar 6 Penyampaian Kelas Laktasi Online Yang diUnggah Dalam Youtube
 Chanel RS Islam Surabaya



Gambar 7 Jenis Konsultasi yang
 Diberikan dalam Laktasi Online RS
 Islam Surabaya

Gambar 8 Pengumuman kelas Laktasi
 Online RS Islam Surabaya Melalui
 Google Form

4. Simpulan

Kelas laktasi online RS Islam Surabaya (KELOR) memberikan antusiasme yang positif bagi seluruh peserta dengan ditindak lanjutinya acara zoom meeting yang diadakan untuk menjadi pendampingan kelas *Whatsup Grop* (WAG). Dan terjadi peningkatan pengetahuan yang significant dari hasil *pre* dan *post* test peserta KELOR. Kegiatan ini akan diteruskan dengan menambahkan beberapa materi yang berbeda terkait tema laktasi.

Ucapan Terimakasih

Terimakasih kepada seluruh panitia KELOR yang telah membantu pelaksanaan secara teknis, komunitas mom and me, RS Islam Surabaya dan LPPM Unusa.

Daftar Pustaka

- Ayu Fitriyaningsih, Cahyo Hasanudin, Ali Mujahidin, Ali Noerudin, Dwi Novitasari. 2020. "Mengelola Kelas Online Dengan Aplikasi Schoology." *Jurnal PKM: Pengabdian Kepada Masyarakat* 03(1): 1-11.
- Basrowi, Ray Wagiu. 2016. "Role Of Nutrition in the First 1000 Days of Life." (June 2018).
- Clark, Sheila G J, and Timothy J Bungum. 2003. "Benefits of Breastfeeding." *Nutrition in clinical care : an official publication of Tufts University* 6(3): 125-31.
- Dieterich, Christine M., Julia P. Felice, Elizabeth O'Sullivan, and Kathleen M. Rasmussen. 2013. "Breastfeeding and Health Outcomes for the Mother-Infant Dyad." *Pediatric Clinics of North America* 60(1): 31-48.
- Faradisi, Firman, Siti Rofiqoh, Sri Aniyati, and Yuni Sandra Pratiwi. 2018. "Pembentukan Dan Pelatihan Kader Pendukung ASI: Pengabdian Masyarakat Di Puskesmas Wiradesa Pekalongan." *The 8 th University Research Colloquium 2018 "Pengembangan Sumber Daya Menuju Masyarakat Madani Berkearifan Lokal*: 437-40.
- Imelda, Fatwa, and Nur Afi Darti. 2019. "Laktasi Pada Ibu Bekerja Di Institusi Pendidikan Di Medan." *Jurnal Riset Hesti Medan* 4(1): 8-12.
- Kattula, Deepthi et al. 2014. "The First 1000 Days of Life: Prenatal and Postnatal Risk Factors for Morbidity and Growth in a Birth Cohort in Southern India." *BMJ Open* 4(7).
- Lyellu, Hadija Y. et al. 2020. "Prevalence and Factors Associated with Early Initiation of Breastfeeding among Women in Moshi Municipal, Northern Tanzania." *BMC Pregnancy and Childbirth* 20(1): 1-10.
- Novira Kusumayanti, and Triska Susila Nindya. 2017. "Hubungan Dukungan Suami Dengan Pemberian ASI Eksklusif Di Daerah Pedesaan." *Media Gizi Indonesia* 12(2): 98-106.
- Nuari, Nian Afrian et al. 2019. "PKM Prolaksi Sebagai Strategi Pemberdayaan Ibu Menyusui." *MATAPPA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 2(1): 70.
- Nurses, Neonatal. 2015. "Breastfeeding." *JOGNN - Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing* 44(1): 145-50.
- Purwiyanti, Evi. 2011. "Studi Tentang Keberhasilan Pemberian Asi Pda Daerah Dengan Cakupan ASI Eksklusif > 80%." *Universitas Negeri Semarang*.
- Shi, Huifeng et al. 2021. "Determinants of Exclusive Breastfeeding for the First Six Months in China : A Cross- Sectional Study." : 1-12.

Sullivan Lucy & Brumfield Cara. 2016. "The First 1 , 000 Days : Nourishing America ' s Future." : 1-64.

Suwandi, Woro Wahyuningsih. 2018. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan Pemberian Asi Terhadap Berat Badan Bblr Hari Ke 10-14 Yang Dirawat Di Rsud Sleman Dan Rsu Pku Muhammadiyah Gamping." *Artikel Publikasi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta.*

Tawiah-Agyemang, C. et al. 2008. "Early Initiation of Breast-Feeding in Ghana: Barriers and Facilitators." *Journal of Perinatology* 28: S46-52.

Thousand Days. 2017. "NUTRITION IN THE FIRST 1 , 000 DAYS A Foundation for Brain Development and Learning." *1,000 Days*: 1-6.