



Peningkatan Pengetahuan dan Kesiapan Laktasi Bagi Calon Ibu Menggunakan E-Modul Teknik Menyusui

Ni Made Dwi Mahayati^{1*}, Ni Wayan Suarniti¹, Ni Wayan Armini¹, Ni Komang Erny Astiti¹, Ni Made Dwi Purnamayanti¹, I Nyoman Wirata¹

¹ Poltekkes Kemenkes Denpasar

*Email korespondensi: mahayati_dwi@yahoo.com

Diterima:

7 Agustus 2024

Dipresentasikan:

10 Agustus 2024

Disetujui Terbit:

08 Oktober 2024

ABSTRAK

Menyusui merupakan proses alamiah dan setiap ibu memiliki kemampuan untuk melakukannya, namun kurangnya pengetahuan dan keterampilan tentang teknik menyusui dapat menjadi faktor penghambat dalam keberhasilan menyusui. Penguasaan tentang teknik menyusui merupakan salah satu hal yang penting untuk diketahui karena saat ibu tidak dapat memosisikan bayi dengan benar, maka ibu cenderung akan menghentikan proses menyusui. Kegagalan dalam proses menyusui menyebabkan rendahnya cakupan ASI Eksklusif, saat ini sebesar 37,3%. Masalah tersebut dapat diantisipasi dengan pemberian pengetahuan dan keterampilan tentang teknik menyusui yang benar dan dilakukan secara dini yaitu dimulai dari masa kehamilan. Seorang calon ibu perlu mempersiapkan teknik menyusui yang benar sehingga rasa khawatir dan cemas akan ketidakmampuannya dapat ditekan. Kegiatan pengabdian ini melakukan upaya pendidikan kesehatan menggunakan media E- Modul Teknik Menyusui untuk meningkatkan persiapan laktasi bagi calon ibu. Sasaran dalam kegiatan pengabdian ini adalah ibu hamil sebagai calon ibu di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan Bali. Metode yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat ini dengan pendekatan Partisipatif Action Research (PAR). Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan melalui tahap pre-test, pemberian edukasi, dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan rerata skor pengetahuan ibu sebelum penyuluhan adalah 53,67 dan setelah penyuluhan dengan rerata 93,10. Terdapat perbedaan skor pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan edukasi ($p < 0.001$). Kesiapan ibu meningkat dari 53,3% menjadi 80%. Dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan kesiapan laktasi ibu hamil setelah pemberian edukasi menggunakan e-modul tentang teknik menyusui. Bidan dalam memberikan edukasi tentang teknik menyusui diharapkan dapat meneruskan penggunaan e-modul yang telah disusun.

Kata Kunci : e-modul, edukasi, menyusui.

PENDAHULUAN

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) merupakan salah satu program pemerintah yang penting untuk menjamin keberlangsungan hidup bayi. Sejak usia pertama kelahirannya, diharapkan bayi dapat diberikan ASI tanpa makanan tambahan lainnya. Pemerintah Indonesia telah mengatur ketentuan ini pada pasal 6 Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 Tentang



Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif bahwa setiap ibu yang melahirkan harus memberikan ASI Eksklusif kepada bayi yang dilahirkannya (Pemerintah RI, 2012).

Air Susu Ibu adalah makanan terbaik dan sempurna untuk bayi, karena mengandung semua zat gizi sesuai kebutuhan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi (Kemenkes, 2015). Kandungan gizi pada ASI telah dibuktikan mampu memberikan banyak manfaat bagi bayi dan mencukupi kebutuhan bayi pada masa-masa pertama kehidupannya. Berbagai zat gizi berdampak pada keadaan status gizi anak di kemudian hari.

Pemberian ASI sangat bermanfaat bagi bayi karena kandungan nutrisinya. Selain itu komposisi ASI sesuai dengan kebutuhan bayi dan mengandung zat protektif seperti *Lactobacillus bifidus*, laktoferin, lisozim, antibodi, dan makrofag (Kemenkes RI, 2015). Manfaat lain dari pemberian ASI adalah memberikan dampak psikologis yang menguntungkan bagi interaksi ibu dan bayi. Efek psikologis ini ditimbulkan pada saat bayi menyusui yang akan menimbulkan rasa aman bagi bayi. Bayi yang mendapat ASI mempunyai kenaikan berat badan yang baik setelah lahir, pertumbuhan setelah periode perinatal yang baik, dan mengurangi kemungkinan obesitas (Kemenkes RI, 2015). Dengan demikian masalah terkait pertumbuhan pada anak semestinya dapat dicegah dengan pemberian ASI sejak kelahirannya.

Masalah yang dihadapi anak-anak di Indonesia saat ini adalah kurangnya pemberian ASI Eksklusif. Studi menunjukkan cakupan ASI Eksklusif masih belum mencapai target pemerintah. Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 di Indonesia, proporsi pola pemberian ASI pada bayi umur 0-5 bulan menurut provinsi tahun 2018 berada pada rentang 20,3%-56,7% (Kemenkes RI, 2018). Angka ini menunjukkan cakupan yang masih rendah dan kurang optimal. Cakupan yang rendah menunjukkan keberhasilan pemberian ASI yang masih kurang. Keberhasilan pemberian ASI Eksklusif salah satunya dipengaruhi oleh pengetahuan ibu (Hatta, 2021). Studi menunjukkan bahwa diperlukan pengetahuan dan keterampilan yang cukup untuk membantu keberhasilan proses menyusui. Pengetahuan ibu tentang teknik menyusui yang benar sangat penting sebab perilaku yang didasari pengetahuan akan lebih langsung diterima dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Erlinawati dan Sismanderi, 2017).

Penelitian menunjukkan masih banyak ibu yang belum paham tentang teknik menyusui yang benar. Penelitian Rinata dan Iflahah (2015) menunjukkan 75% teknik menyusui yang dilakukan oleh ibu masih salah. Penelitian lainnya juga menunjukkan ibu yang tidak mengetahui teknik menyusui yang baik dan benar sebesar 72% (Hepilita dan Ogur, 2016). Hal ini tentunya berdampak bagi keberlangsungan proses laktasi selanjutnya. Bayi yang kesulitan menyusui pada awal kelahirannya karena ketidakmampuan ibu untuk memposisikan bayi dengan benar akan cenderung membuat ibu menghentikan proses menyusui. Keadaan ini memberikan dampak pada pemberian susu formula untuk bayi. Apabila keadaan ini berlanjut, proses menyusui akan terhenti.



Masalah menyusui dapat diantisipasi dengan pemberian pengetahuan dan keterampilan tentang teknik menyusui yang benar. Pemberian informasi dan pemberian keterampilan menyusui akan lebih baik dilakukan secara dini yaitu dimulai dari semenjak kehamilan. Seorang calon ibu perlu mempersiapkan teknik menyusui yang benar sehingga rasa khawatir dan cemas akan ketidakmampuannya dapat ditekan. Pentingnya hal ini dipersiapkan sejak masa kehamilan karena saat nifas ibu akan mengalami berbagai perubahan fisiologis dan psikologis yang akan berdampak pada kemampuan ibu dalam menerima informasi baru. Ibu yang telah dibekali pengetahuan dan keterampilan yang cukup tentunya akan memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi dalam menyusui bayinya. Hal ini akan mendukung keberhasilan pemberian ASI Eksklusif pada bayi yang memberikan banyak manfaat bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi.

METODE

Metode yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat ini dengan pendekatan Partisipatif Action Research (PAR) yang dilakukan secara daring. Sasaran pada kegiatan ini adalah ibu di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan yang memenuhi kriteria inklusi yaitu hamil TW II dan III serta bersedia menjadi sasaran kegiatan. Peserta pada kegiatan ini dengan jumlah 30 orang. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan melalui tahapan pre-test, pemberian edukasi, dan post-test. Pada tahap pretest dilakukan untuk mengetahui pengetahuan dan kesiapan ibu tentang laktasi. Kegiatan edukasi dilakukan oleh tim pengabdian dengan menggunakan media e-modul tentang tentang menyusui, yang tidak hanya berisi pemaparan materi namun juga dengan video langkah-langkah menyusui yang dapat diakses dengan mudah oleh sasaran. Tahapan terakhir adalah pengumpulan data posttest untuk mengukur kembali pengetahuan dan kesiapan ibu tentang laktasi. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner tentang pengetahuan dan kesiapan ibu untuk menghadapi laktasi. Analisis bivariat menggunakan uji t berpasangan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jumlah sasaran pada kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan adalah sejumlah 30 orang ibu hamil pada wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan. Berikut ini diuraikan data karakteristik sasaran kegiatan :

**Tabel 1. Karakteristik Sasaran**

Karakteristik	f	%
Umur ibu		
<20 tahun	2	6.7
20-35 tahun	26	86.7
>35 tahun	2	6.7
Total	30	100
Pendidikan		
Dasar	0	0.0
Menengah	21	70.0
Tinggi	9	30.0
Total	30	100
Jumlah anak		
0	6	20.0
1	19	63.3
2	5	16.7
Total	30	100
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	23	76.7
Bekerja	7	23.3
Total	30	100

Tabel 1 diatas menggambarkan bahwa sebagian besar sasaran berumur 30-35 tahun, dengan latar belakang pendidikan terakhir sebagian besar pendidikan menengah (70 %), jumlah anak sasaran sebagian besar adalah 1 anak (63.3 %), dan sebagian besar sasaran tidak bekerja (76.7%).

Tabel 2. Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi dengan Media E-Modul

	N	Mean	Std. Deviation	P
Score pretest	30	53.67	5.44143	.000
Score posttest	30	93.10	5.89184	

Tabel 2 di atas memberikan informasi pengetahuan sasaran sebelum edukasi menggunakan e-modul memiliki nilai rata-rata 53,67 dan setelah edukasi memiliki nilai rata-rata pengetahuan 93.10 dan berbeda secara bermakna. Proses menyusui merupakan proses yang alamiah dan setiap ibu memiliki kemampuan untuk melakukannya, namun banyak faktor yang dapat menghambat keberhasilan proses menyusui. Peningkatan pengetahuan terjadi dapat didukung oleh faktor



pendidikan dimana dari sebagian besar sasaran mempunyai latar belakang pendidikan sekolah menengah. Hal ini memungkinkan informasi yang diberikan melalui e-modul dapat diterima dengan baik oleh sasaran yang mempunyai tingkatan level kognitif yang baik. Penelitian menunjukkan pendidikan ibu berpengaruh pada pemberian ASI Eksklusif, yaitu 3,383 kali berpeluang lebih tinggi untuk memberikan ASI eksklusif dibanding ibu yang tidak sekolah (OR 3,383; CI 95% 0,999 – 11,461) (Putri dan Naim, 2021)

Karakteristik lain yang mendukung penerimaan informasi yang baik yaitu umur sasaran. Sebagian besar umur sasaran berada pada usia 30-35 tahun yang merupakan usia reproduksi sehat. Semakin tinggi usia seseorang, maka semakin matang kemampuan dalam menerima informasi yang diberikan sehingga dapat berkontribusi pada pemberian ASI Eksklusif yang lebih baik. Penelitian di Australia menyebutkan bahwa salah satu faktor yang berhubungan dengan keberhasilan menyusui adalah tingkat pengetahuan dan pendidikan ibu. Ibu yang mengetahui dan memiliki pengetahuan tentang ASI eksklusif 5,6 kali lebih memiliki niat untuk memberikan ASI secara eksklusif hingga 6 bulan (Wen et al., 2019).

Penguasaan tentang teknik menyusui merupakan salah satu hal yang penting untuk diketahui. Pengetahuan tentang teknik menyusui merupakan hal yang dapat dipelajari dengan penggunaan e-modul. Penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan tentang teknik menyusui merupakan kebutuhan informasi yang paling diperlukan oleh ibu nifas (Mahayati dan Dewi, 2022). Ibu yang tidak memiliki pengetahuan tentang teknik menyusui akan menjadi salah satu faktor penghambat dalam keberhasilan proses menyusui.

Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa rerata pengetahuan sasaran masih rendah yaitu 53.3. Hal tersebut sesuai dengan penelitian bahwa masih banyak ibu yang belum paham tentang teknik menyusui yang benar. Penelitian Rinata dan Iflahah (2015) menunjukkan 75% teknik menyusui yang dilakukan oleh ibu masih salah. Penelitian lainnya juga menunjukkan ibu yang tidak mengetahui teknik menyusui yang baik dan benar sebesar 72% (Hepilita dan Ogur, 2016).

Penggunaan media edukasi berupa E Modul tentang teknik menyusui memiliki dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan sasaran tentang teknik menyusui. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa penggunaan media elektronik dalam pemberian informasi dan edukasi merupakan salah satu kebutuhan bagi ibu nifas dan menyusui (Mahayati dan Dewi, 2022). Penelitian yang dilakukan Arbi dan Liana (2019) menunjukkan bahwa ada hubungan antara media informasi dengan peran petugas kesehatan ($p < 0,05$). Dengan demikian ketersediaan media edukasi yang baik juga harus didukung oleh peran petugas kesehatan dalam pengaplikasiannya.

Media edukasi online pada masa kemajuan teknologi saat ini bukan merupakan hal yang baru. Pada situasi pandemic covid-19, pemerintah bahkan mencanangkan penggunaan telemedicine yang merupakan pemberian pelayanan



kesehatan jarak jauh oleh profesional kesehatan dengan menggunakan teknologi informasi dan komunikasi, meliputi pertukaran informasi diagnosis, pengobatan, pencegahan penyakit dan cedera, penelitian dan evaluasi, dan pendidikan berkelanjutan penyedia layanan kesehatan untuk kepentingan peningkatan kesehatan individu dan masyarakat (Kemenkes RI, 2019). Hal ini menunjukkan, pemberian edukasi berbasis online dapat memberikan dampak positif.

Pada proses pendidikan kesehatan, media merupakan salah satu komponen terpenting agar penyampaian informasi dapat diterima dengan baik. Media adalah segala bentuk dan saluran yang digunakan untuk menyalurkan informasi (Sapriyah, 2019). E-modul merupakan salah satu media edukasi yang memanfaatkan aplikasi teknologi. Selain menyampaikan pendidikan kesehatan secara visual, pada media E Modul juga dilengkapi dengan video yang dapat dipelajari oleh ibu. Penggunaan metode visual dan audio dalam media tersebut disajikan secara kombinasi dan sifatnya saling melengkapi. Media pendidikan kesehatan ini dapat diakses dengan mudah baik secara offline dan online oleh sasaran, sehingga penggunaannya cukup praktis dan efisien.

Tabel 3. Kesiapan Ibu Hamil Untuk Menyusui Sebelum dan Sesudah Edukasi dengan Media E-Modul

Kesiapan	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Siap	14	53.3	24	80
Tidak Siap	16	46.7	6	20
Total	30	100	30	100

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan kesiapan sasaran setelah diberikan edukasi menggunakan e-modul. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat efektivitas dalam penggunaan e-modul yang berdampak pada kesiapan ibu dalam memberikan ASI. Pengetahuan ibu tentang teknik menyusui yang benar sangat penting sebab perilaku yang didasari pengetahuan akan lebih langsung diterima dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Erlinawati dan Sismanderi, 2017). Studi menunjukkan bahwa diperlukan pengetahuan dan keterampilan yang cukup untuk membantu keberhasilan proses menyusui. Hal tersebut memberikan dampak pada kesiapan ibu dalam laktasi (Lentina et al, 2021).

Masalah menyusui dapat diantisipasi dengan pemberian pengetahuan dan keterampilan tentang teknik menyusui yang benar. Pemberian informasi dan pemberian keterampilan menyusui akan lebih baik dilakukan secara dini yaitu dimulai dari semenjak kehamilan. Seorang calon ibu perlu mempersiapkan teknik



menyusui yang benar sehingga rasa khawatir dan cemas akan ketidakmampuannya dapat ditekan. Pentingnya hal ini dipersiapkan sejak masa kehamilan karena saat nifas ibu akan mengalami berbagai perubahan fisiologis dan psikologis yang akan berdampak pada kemampuan ibu dalam menerima informasi baru.

Hasil pengabdian juga menunjukkan masih ada beberapa ibu yang merasa belum siap dalam memberikan laktasi setelah diberikan edukasi dengan e-modul. Hal ini dimungkinkan karena sebanyak 20% merupakan ibu hamil yang pertama sehingga masih merasa belum cukup siap tanpa adanya pengalaman sebelumnya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang menunjukkan bahwa pengalaman menyusui yang lebih berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif (Hastuti dan Febriani, 2015).

Pemberian edukasi dengan e-modul meningkatkan kesiapan ibu dalam laktasi. E-modul yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak hanya berupa teks/narasi namun juga disertai gambar dan video yang dapat diikuti oleh ibu. Hal ini memberi pengalaman secara tidak langsung bagi ibu dan mempermudah untuk mempelajarinya.

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian hasil kegiatan masyarakat yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan kesiapan ibu hamil tentang laktasi. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi menggunakan e-modul yang melibatkan beberapa indera dalam proses belajar sehingga informasi yang diberikan dapat mudah diterima oleh sasaran.

DAFTAR RUJUKAN

- Arbi dan Liana. 2019. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Peran Petugas Kesehatan Dalam Pengawasan Masa Nifas Di Puskesmas Kuta Cot Glie Aceh Besar. *Bahana of Journal Public Health*. 3 (2) . p71-75.
- Erlinawati dan Sismanderi. 2017. Hubungan Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Teknik Menyusui Dengan Pelaksanaan Teknik Menyusui Yang Benar Di Desa Tarai Bangun Wilayah Kerja Puskesmas Tambang. *Jurnal Doppler Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*, 1 (2): 99-107
- Hatta. 2021. Pengetahuan dan Sikap Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Baduta. *Gorontalo Journal of Nutrition and Dietetic*, 1(1):7-15
- Hastuti dan Febriani, 2015. Hubungan Pengalaman Menyusui Dan Tingkat Pendidikan Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Kelurahan Barukan, Kecamatan Manisrenggo, Kabupaten Klaten. *JKKI*. (4), 179–187. <https://doi.org/10.20885/JKKI.Vol6.Iss4.art3>
- Hepilita dan Ogur, 2016 . Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Menyusui Dengan Teknik Menyusui Yang Baik Dan Benar Di Puskesmas Pagal. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 1 (2):149-58
- Rinata dan Iflahah, 2015. Teknik Menyusui Yang Benar Ditinjau Dari Usia Ibu,



- Paritas, Usia Gestasi Dan Berat Badan Lahir Di Rsud Sidoarjo. *Midwifery Jurnal Kebidanan*, 1(1):51-59
- Kemkes RI. 2015. *Buku Ajar Kesehatan Ibu Dan Anak, Pusat Pendidikan dan Pelatihan Tenaga Kesehatan*. Jakarta
- . 2018. *Riset Kesehatan Dasar*. Kemkes RI. Jakarta
- Lentina et al, 2021. Pengaruh Kesiapan Ibu Terhadap Keberhasilan Menyusui. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*. 5(2):152-159
- Mahayati dan Dewi. 2022. *Edukasi Masa Nifas Berbasis Aplikasi*. ZAHIR Publishing
- Pemerintah RI. 2012. *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif*. Jakarta
- Putri dan Naim. 2021. Determinan Pemberian ASI Eksklusif: Analisis Data Sekunder Survei Demografi dan Kesehatan 2017. *Amerta Nutrition*. 5(3) p284-91
- Sapriyah. (2019). Media Pembelajaran Dalam Proses Belajar Mengajar. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP*, 2, 470–477.