

## **PENINGKATAN *BREASTFEEDING EFFICACY* IBU HAMIL DAN KELUARGANYA MELALUI KONSELING DI PUSKESMAS TLOGOSARI WETAN SEMARANG**

### *INCREASING BREASTFEEDING EFFICACY OF PREGNANT WOMEN AND THEIR FAMILIES THROUGH COUNSELING AT THE TLOGOSARI WETAN HEALTH CENTER SEMARANG*

**Sri Hapsari SP<sup>1</sup>, Purwanti Susantini<sup>2</sup>, Firdananda Fikri J<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Gizi, Universitas Muhammadiyah Semarang

<sup>2</sup>Pimpinan Daerah Aisyiyah Kota Semarang

Email: [srihapsari@unimus.ac.id](mailto:srihapsari@unimus.ac.id)

#### **ABSTRAK**

Angka kematian bayi di Indonesia pada tahun 2020 dalam kategori tinggi. Memberikan ASI Eksklusif dapat menurunkan angka kematian bayi akibat infeksi sebesar 88%. Ibu hamil dan keluarga perlu dipersiapkan sejak dini, supaya dapat memberikan ASI eksklusif kepada bayinya setelah melahirkan. Konseling sebagai salah satu metode yang sesuai untuk meningkatkan *breastfeeding efficacy* ibu dan dukungan keluarganya. Tujuan pengabdian adalah memberikan konseling *breastfeeding efficacy* pada ibu hamil dan keluarganya untuk meningkatkan pemberian ASI Eksklusif. Pelaksanaan kegiatan pada tanggal 08 Agustus 2023 di Puskesmas Tlogosari Wetan, Kota Semarang. Peserta adalah Ibu hamil yang diperiksa dan dirujuk konseling sejumlah 27 ibu. Setelah peserta registrasi, diberikan pre-test. Konseling kepada ibu dan keluarga dilakukan oleh dua konselor menyusui yang telah mengikuti pelatihan konselor menyusui 40 jam standar WHO memberikan konseling kepada ibu hamil dan keluarganya dalam kurun waktu 15 - 20 menit. Peserta yang telah mendapatkan konseling akan mengisi post tes. Rata - rata usia ibu 29 tahun, usia kehamilan rata - rata 7 bulan. Sebagian besar ibu (33.3%) maupun suami (51.9%) berpendidikan SMA. Rata - rata pengetahuan awal ibu 69.7%, setelah mendapatkan konseling meningkat menjadi 78.96%. Konseling pemberian ASI eksklusif bisa dilakukan kepada ibu sejak hamil trisemester tiga.

**Kata kunci : *Breastfeeding efficacy*, ASI Eksklusif, Konseling menyusui, Ibu hamil, Keluarga**

#### **ABSTRACT**

*The infant mortality rate in Indonesia in 2020 is in the high category. Exclusive breastfeeding can reduce infant mortality due to infection by 88%. Pregnant women and their families need to be prepared early, so that they can provide exclusive breastfeeding to their babies after giving birth. Counseling is one of the appropriate methods to increase breastfeeding efficacy of mothers and their family support. The purpose of the service is to provide breastfeeding efficacy counseling to pregnant women and their families to increase exclusive breastfeeding. Implementation of activities on August 08, 2023 at the Tlogosari Wetan Health Center, Semarang City. Participants were pregnant women who examined and referred for counseling with a total of 27 mothers. After registration, participants were given a pre-test. Counseling to mothers and families was conducted by two breastfeeding counselors who had attended the WHO standard 40-hour breastfeeding counselor training to provide counseling to pregnant women and their families within 15-20 minutes. Participants who have received counseling will fill out a post test. Average age of mothers was 29 years old, average gestational age was 7 months. Most mothers (33.3%) and husbands (51.9%) had a high school education. The average initial knowledge of mothers was 69.7%, after receiving counseling it increased to 78.96%. Exclusive breastfeeding counseling can be done to mothers since the third trimester of pregnancy.*

**Keywords: *Breastfeeding efficacy, Exclusive breastfeeding, Breastfeeding counseling, Pregnant, Family***

## PENDAHULUAN

Indonesia saat ini menghadapi tiga masalah gizi atau *triple burden of malnutrition*. Ketiga masalah gizi tersebut adalah kekurangan gizi, kelebihan berat badan, dan kekurangan zat gizi mikro (Risksdas, 2018). Masalah gizi juga banyak terjadi pada usia bayi. Angka kematian bayi atau *Infant Mortality Rate* (IMR) di Indonesia pada tahun 2020 mencapai 16,85% (BPS, 2023) dalam kategori tinggi. The Lancet Breastfeeding Series, 2016 menyatakan bahwa memberi Air Susu Ibu saja tanpa makanan atau minuman lain dari bayi lahir sampai berusia 6 bulan (ASI Eksklusif) dapat menurunkan angka kematian bayi akibat infeksi sebesar 88% (Victora *et al.*, 2016)

Cakupan ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2022 tercatat hanya 67,96%, turun dari 69,7% dari tahun 2021 (WHO, 2023). Penurunan pemberian ASI eksklusif juga terjadi di Provinsi Jawa Tengah. Data BPS menyampaikan pada tahun 2022 angka pemberian ASI Eksklusif di Jawa Tengah 78,71% menurun daripada tahun 2021 (78,93%) (BPS, 2023). Pemberian ASI Eksklusif di Kota Semarang pada tahun 2022 sejumlah 9.028 bayi atau 73,2% termasuk Puskesmas Tlogosari Wetan lebih rendah dari capaian Provinsi Jawa Tengah (Dinkes Kota Semarang, 2022).

Salah satu *predisposing factor* kegagalan dalam pemberian ASI eksklusif adalah kepercayaan diri ibu saat menyusui (*breastfeeding efficacy*), terutama pada ibu yang bekerja (Gielen *et al.*, 2022). *Self efficacy* merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang mereka miliki dalam menguasai kondisi dan situasi serta melakukan sesuatu. *breastfeeding efficacy* sebagai keyakinan ibu dalam kemampuannya memberikan ASI dan menyusui bayi (Fajria *et al.*, 2023). Hasil studi menunjukkan bahwa ibu dengan *breastfeeding efficacy* yang tinggi lebih berhasil memberikan ASI eksklusif dibanding ibu yang memiliki *breastfeeding efficacy* rendah (Detkos *et al.*, 2021). Faktor yang meningkatkan *breastfeeding efficacy*

yaitu pertama pengalaman, keberhasilan ibu seperti pengalaman masa lalu dan pengalaman memperoleh informasi dan pengetahuan. Kedua pengalaman orang lain, yang ketiga persuasi sosial atau pengaruh verbal dari lingkungan seperti dorongan dari keluarga, tenaga kesehatan, juga tetangga. Dan yang keempat pengaruh fisiologis dan psikologis seorang ibu menyusui seperti nyeri, kelelahan dan kecemasan (Fajria *et al.*, 2023)

Ibu hamil perlu dipersiapkan sejak kehamilan, supaya dapat memberikan ASI eksklusif kepada bayinya setelah melahirkan (Kemenkes, 2022). Studi yang dilakukan oleh Yusari Asih dan Nurlaila pada tahun 2022, menunjukkan bahwa pengetahuan ibu saat hamil berkorelasi bermakna ( $p$  value  $< 0,05$ ) dengan *breastfeeding efficacy* saat ibu menyusui (Asih & Nurlaila, 2022). Salah satu metode yang sesuai untuk meningkatkan *breastfeeding efficacy* ibu dan dukungan keluarganya adalah konseling menyusui. Diskusi hanya terjadi antara konselor dengan ibu dan keluarga, membuat hubungan dan kepercayaan terbina (Nurbaya, 2021). Konseling yang dilakukan oleh tenaga konselor menyusui, dengan menggunakan alat peraga menunjukkan peranan sangat besar terhadap peningkatan pemberdayaan ibu, peningkatan dukungan anggota keluarga serta peningkatan kualitas pelayanan kesehatan yang pada gilirannya akan meningkatkan cakupan pemberian ASI secara eksklusif di Indonesia (Nadiya *et al.*, 2022)

Puskesmas Tlogosari Wetan sebagai layanan kesehatan yang berada di kota Semarang bagian timur dengan jumlah ibu bekerja cukup tinggi. Belum pernah dilakukan konseling menyusui kepada keluarga dari ibu saat hamil. Berdasarkan fenomena yang terjadi pada mitra dan didukung kajian *evidence base*, maka perlu dilakukan konseling *breastfeeding efficacy* pada ibu hamil dan keluarganya untuk meningkatkan pemberian ASI Eksklusif.

## METODE

Kegiatan pengabdian berupa konseling menyusui kepada ibu hamil dan keluarganya. Pelaksanaan kegiatan pada tanggal 08 Agustus 2023 di Puskesmas Tlogosari Wetan, Kota Semarang. Peserta adalah seluruh ibu hamil yang periksa ke Puskesmas dan dirujuk konseling sejumlah 27 ibu. Alur kerja sebagaimana tertera pada Gambar 1, yang diawali dengan registrasi, kemudian masing - masing peserta diberikan pre-test. Konseling dilakukan kepada peserta yang telah mengisi Pre Tes. Terdapat dua konselor menyusui yang telah mengikuti pelatihan konselor menyusui 40 jam standar WHO memberikan konseling kepada ibu hamil dan keluarganya dalam kurun waktu 15 - 20 menit.

Peserta yang telah mendapatkan konseling akan mengisi post tes.



Gambar 1 Bagan Alir Kegiatan Konseling Menyusui

Boneka bayi, boneka payudara, sebagai media dalam pemberian konseling sesuai Gambar 2. Bingkisan untuk ibu hamil dan keluarga diberikan pada akhir kegiatan.



Gambar 2. Media konseling menyusui

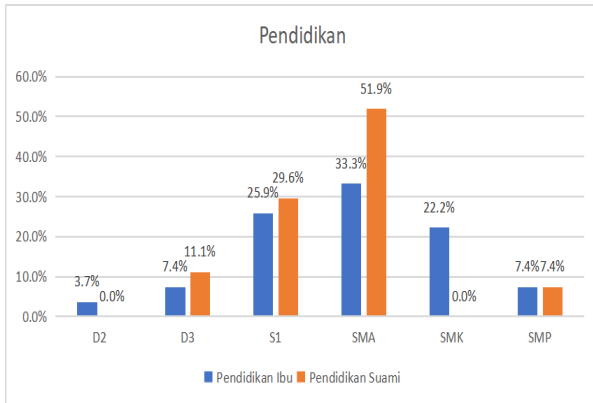
## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberian ASI eksklusif adalah praktik gizi penting bagi bayi berusia 0-6 bulan, yang membantu pertumbuhan, perkembangan, dan pencegahan penyakit secara optimal (Rahmawan *et al.*, 2022). Peserta yang mendapatkan konseling sebanyak 27 ibu hamil dan keluarganya. Ibu hamil perlu dipersiapkan sejak kehamilan, supaya dapat memberikan ASI eksklusif kepada bayinya setelah melahirkan (Kemenkes, 2022). Karakteristik sasaran perlu diketahui karena dapat mempengaruhi keberhasilan konseling. Hasil karakteristik Ibu disajikan pada tabel 1. Rata - rata usia ibu 29 tahun, usia kehamilan rata - rata 7 bulan dan rata - rata penghasilan sebesar Rp. 4,313,695.65. Rata - rata pengetahuan awal ibu 69.7%.

Tabel 1. Karakteristik Usia dan Penghasilan

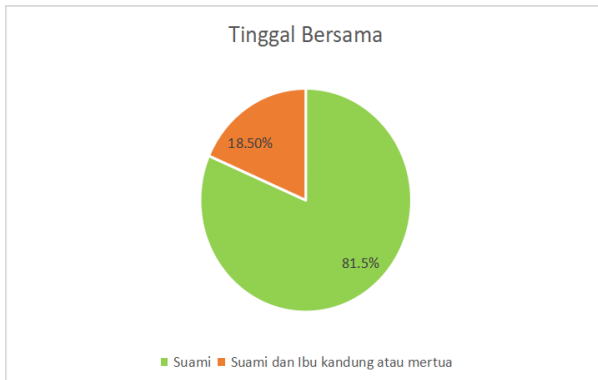
Karakteristik	Rata - rata
Usia (tahun)	29
Usia Kehamilan (bulan)	7
Penghasilan Keluarga (Rp)	4.313.695
Pengetahuan Awal (%)	69.7

Berbagai faktor, seperti pendidikan ibu dan ayah, pendapatan, pekerjaan, dan usia mempengaruhi keputusan untuk memberikan ASI eksklusif (Shohaimi *et al.*, 2022). Sebagian besar ibu (33.3%) maupun suami (51.9%) berpendidikan SMA, sesuai grafik 1.



Grafik 1. Distribusi Pendidikan Ibu dan Suami

Banyak ibu yang tinggal hanya bersama suami (81.5%) dan terdapat 18,5% Ibu yang tinggal bersama suami dan ibu kandung maupun ibu mertua, sesuai gambar 3.



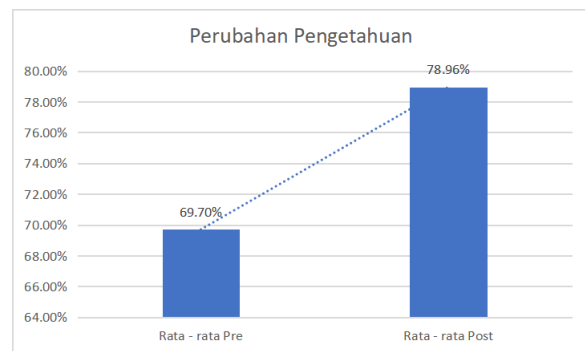
Gambar 3. Distribusi Keluarga yang tinggal bersama Ibu

Konseling dilaksanakan pada setiap ibu dan keluarganya sesuai gambar 4.

Rata - rata pengetahuan awal ibu 69.7%, setelah mendapatkan konseling meningkat menjadi 78.96%, sesuai grafik 2. Tingkat pengetahuan tentang ASI eksklusif dan pengalaman menyusui sebelumnya dikaitkan dengan tingkat efikasi diri pemberian ASI eksklusif di kalangan ibu hamil (Titaley, 2022). Tingkat pengetahuan tentang ASI eksklusif dan pengalaman menyusui sebelumnya dikaitkan dengan tingkat efikasi diri pemberian ASI eksklusif di kalangan ibu hamil (Titaley, 2022).



Gambar 4. Pelaksanaan Pengabdian



Grafik 2. Distribusi Pendidikan Ibu dan Suami

Informasi terkait menyusui didapat ibu sebagian besar dari internet (29.6%), dan yang kedua dari petugas kesehatan (22.2%). Intervensi edukasi telah terbukti memiliki dampak positif terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil terhadap pemberian ASI eksklusif (Edward *et al.*, 2023). konseling telah terbukti meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil, yang mengarah pada peningkatan praktik inisiasi menyusui dini dan pemberian ASI eksklusif (Suryani *et al.*, 2019). Penting untuk dicatat bahwa modal psikologis ibu, kesiapan ibu, dan motivasi juga memainkan peran penting dalam niat untuk memberikan ASI eksklusif (Nisa *et al.*, 2021) dan (Mulyani, 2017).

### SIMPULAN

Peserta yang mendapatkan konseling sebanyak 27 ibu hamil dan keluarganya.

Rata - rata usia ibu 29 tahun, usia kehamilan rata - rata 7 bulan. Banyak ibu yang tinggal hanya bersama suami (81.5%) dan terdapat 18,5% Ibu yang tinggal bersama suami dan ibu kandung maupun ibu mertua. Sebagian besar ibu (33.3%) maupun suami (51.9%) berpendidikan SMA. Rata - rata pengetahuan awal ibu 69.7%, setelah mendapatkan konseling meningkat menjadi 78.96%.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Asih, Y. & Nurlaila, N. (2022) 'Breastfeeding Self-Efficacy pada Ibu Hamil Trimester III Hingga Menyusui', *Jurnal Kesehatan*, 13(3), p. 562. Available at: <https://doi.org/10.26630/jk.v13i3.3543>.
- BPS (2023) 'Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan Asi Eksklusif Menurut Provinsi (Persen), 2020-2022'.
- Dinkes Kota Semarang (2022) 'Profil Kesehatan 2022 Dinas Kesehatan Kota Semarang', *Dinas Kesehatan Kota Semarang*, 6(1), pp. 1–6.
- Edward, M.I. *et al.* (2023) 'Effect of Educational Intervention on the Knowledge and Attitude of Pregnant Women Towards Practice of Exclusive Breastfeeding in General Hospital Iju Itaogbolu, Ondo State, Nigeria', *Acta Scientific Women's Health*, 5(2), pp. 07–15. Available at: <https://doi.org/10.31080/aswh.2023.05.0463>.
- Fajria, L. *et al.* (2023) *Breastfeeding Self-Efficacy & Permasalahan Asi Eksklusif Indramayu*. Indramayu, Jawa Barat: Penerbit Adab.
- Gielen, A.C. *et al.* (2022) *Health Program Planning, Implementation, and Evaluation Creating Behavioral, Environmental, and Policy Change 2022*. Johns Hopkins University Press.
- Kemenkes (2022) 'Kurikulum Pelatihan Konseling Menyusui'.
- Mulyani, S. (2017) 'Pregnant women with extended family on knowledge, motivation, and readiness in exclusive breastfeeding.', *International Journal of Emerging Trends in Social Sciences*, (1(2)), pp. 104–107.
- Nadiya, A. *et al.* (2022) *Kurikulum Pelatihan Konseling Menyusui*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Direktorat Gizi dan KIA.
- Nisa, F. *et al.* (2021) 'Breastfeeding based on breastfeeding self-efficacy and social support in wonokromo surabaya', *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(January 2020), pp. 1026–1031. Available at: <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.6381>.
- Nurbaya (2021) *Konseling Menyusui*. Banda Aceh: Syahkuala Press.
- Rahmawan, A. *et al.* (2022) *Proceedings of the International Conference on Sports Science and Health (ICSSH 2022)*, *Proceedings of the International Conference on Sports Science and Health (ICSSH 2022)*. Atlantis Press International BV. Available at: <https://doi.org/10.2991/978-94-6463-072-5>.
- Riskesdas (2018) 'Kementerian Kesehatan Republik Indonesia', *Kementerian Kesehatan RI*, 1(1), p. 1. Available at: <https://www.kemkes.go.id/article/view/19093000001/penyakit-jantung-penyebab-kematian-terbanyak-ke-2-di-indonesia.html>.
- Shohaimi, N.M. *et al.* (2022) 'Intention and practice on breastfeeding among pregnant mothers in Malaysia and factors associated with practice of exclusive breastfeeding: A cohort study', *PLoS ONE*, 17(1 January), pp. 1–11. Available at: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0262401>.

- Suryani, D. *et al.* (2019) 'The effect of counseling on knowledge, attitudes, and practices of mothers breastfeeding in the work area of sawah lebar community health center, Bengkulu 2017.', *Advances in Health Sciences Research (AHSR)*, 14, pp. 180–184.
- Titaley, C.R. (2022) 'Knowledge and Breastfeeding Experience are Associated with High Levels of Exclusive Breastfeeding Self-Efficacy in Pregnant Women from Dobo, Maluku', *Jurnal PROMKES*, 10(2), pp. 157–163. Available at: <https://doi.org/10.20473/jpk.v10.i2.2022.157-163>.
- Victora, C.G. *et al.* (2016) 'Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect'. Available at: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)01024-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)01024-7).
- WHO (2023) 'Bersama-sama, dukung ibu sukses menyusui dan bekerja'. Available at: <https://www.who.int/indonesia/news/events/world-breastfeeding-week/2023>.