

PENYULUHAN TENTANG PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA BAYI BARU LAHIR TIGA HARI PERTAMA KELAHIRAN

Counseling Regarding Exclusive Breastfeeding To Babies Newborn First Three Days Of Birth

Bungamari Sembiring¹, Trise Novelia Sinaga¹, Fithri Handayani Lubis¹

¹Dosen Institut Kesehatan Deli Husada Delitua

email: ojsbungamari@gmail.com, ojs2trisenovelia@gmail.com, fithri.handa@gmail.com

Abstract

Research conducted by the World Health Organization (WHO) in the year 2020 suggests that all infants should be breastfed exclusively until they reach the age of six months. This is due to the fact that breastmilk is considered to be the food that provides the highest nutritional value for infants. The findings of this study indicate that only 41% of all infants around the world are exclusively breastfed. The World Health Organization (WHO) has set a goal to increase the percentage of infants who are exclusively breastfed by at least fifty percent by the year 2025. Breastfeeding or the administration of breast milk (ASI) should be initiated as soon as possible following the birth of the child. This practice is generally referred to as Early Breastfeeding Initiation (IMD). After giving birth, the mother should immediately begin breastfeeding the infant for a maximum of half an hour. For the baby to receive an adequate amount of breast milk, this is of utmost importance.

It is possible that giving the baby anything other than breast milk, even water, could make the infant sick and reduce the amount of milk that the mother produces. This is due to the fact that the amount of milk that the mother produces is dependent on the amount of milk that the baby sucking on the breast. Even if the infant is given another drink or water, he will not feel hungry, and as a result, he will not breastfeed.

When it comes to the success of exclusive breastfeeding in newborn babies during the first three days of their lives, the variable that is most closely associated to this success is family support. In the first three days after birth, the mother will experience a number of conditions that can make it difficult for her to give her baby exclusive breast milk. These conditions include the mother's breast milk that is difficult to come out, babies that are fussy, and the mother's adjustment to postpartum physical and psychological conditions. Therefore, during these times, the mother will require support from her family in order to be able to strengthen her and emphasize the significance of exclusive breastfeeding, particularly during the first three days after birth.

Keywords: *Exclusive Breastfeeding, Newborn, First Three Days of Birth*

Abstrak

Penelitian yang dilakukan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2020 menyarankan bahwa semua bayi sebaiknya diberikan ASI eksklusif hingga mereka mencapai usia enam bulan. Hal ini dikarenakan ASI dianggap sebagai makanan yang memberikan nilai gizi paling tinggi bagi bayi. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa hanya 41% dari seluruh bayi di seluruh dunia yang mendapat ASI eksklusif. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah menetapkan tujuan untuk meningkatkan persentase bayi yang mendapat ASI eksklusif setidaknya lima puluh persen pada tahun 2025. Pemberian ASI atau pemberian air susu ibu (ASI) sebaiknya dimulai sesegera mungkin setelah anak lahir. Praktik ini umumnya disebut dengan Inisiasi Menyusui Dini (IMD). Setelah melahirkan, sebaiknya ibu segera mulai menyusui bayinya maksimal setengah jam. Agar bayi dapat menerima ASI dalam jumlah yang cukup, hal ini sangatlah penting.

Ada kemungkinan bahwa memberikan bayi apa pun selain ASI, bahkan air putih, dapat membuat bayi sakit dan mengurangi jumlah ASI yang diproduksi ibu. Hal ini disebabkan banyaknya ASI yang dihasilkan ibu bergantung pada banyaknya ASI yang dihisap bayi pada payudara. Sekalipun bayi diberi minuman atau air lagi, ia tidak akan merasa lapar, dan akibatnya ia tidak mau menyusui. Jika berbicara mengenai keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bayi baru lahir pada tiga hari pertama kehidupannya, variabel yang paling erat kaitannya dengan keberhasilan tersebut adalah dukungan keluarga. Dukungan dari keluarga pada masa-masa ini sangat diperlukan bagi ibu untuk dapat menguatkan ibu dan menekankan pentingnya pemberian ASI eksklusif, khususnya pada tiga hari pertama kelahiran. Banyak kondisi yang akan dialami ibu yang dapat menghambat proses pemberian ASI eksklusif pada tiga hari pertama kelahiran. Beberapa kondisi tersebut antara lain ASI ibu yang sulit keluar, bayi yang rewel, serta penyesuaian ibu terhadap kondisi fisik dan psikis pasca melahirkan.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, Bayi Baru Lahir, Tiga Hari Pertama Kelahiran

I. PENDAHULUAN

Sesuai dengan pemikiran yang dikemukakan oleh Lawrence Green, faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku ibu dalam memberikan ASI eksklusif dapat dibedakan menjadi tiga kategori: faktor predisposisi, faktor pemungkin, dan faktor penguat. Faktor pengandal adalah faktor yang mendorong atau menguatkan terjadinya suatu perilaku, seperti dukungan dari petugas kesehatan dan dukungan dari tokoh masyarakat. Faktor predisposisi adalah faktor yang memudahkan terjadinya suatu perilaku seseorang, seperti pengetahuan dan sikap. Faktor pemungkin adalah faktor yang memungkinkan atau memudahkan suatu perilaku atau tindakan, seperti ada tidaknya sarana atau fasilitas kesehatan. Faktor penguat adalah faktor yang mendorong atau menguatkan terjadinya suatu perilaku. Menurut hipotesis yang dikembangkan oleh Lawrence Green, salah satu unsur yang dapat mempengaruhi ibu untuk memberikan ASI eksklusif adalah serangkaian faktor yang disebut faktor pemungkin. Ada sejumlah elemen potensial yang dapat diamati pada lingkungan fisik, termasuk ada tidaknya fasilitas atau akomodasi kesehatan. Menurut Wibowo, Y., 2020, fasilitas ini disebut sebagai faktor pemungkin karena memang benar-benar mendukung atau memungkinkan terjadinya kegiatan.

Rasa percaya diri dan motivasi ibu dalam menyusui diharapkan akan meningkat karena adanya dukungan yang diterima dari keluarga khususnya suami (Support & Exclusive, 2020). Dalam memberikan ASI eksklusif untuk jangka waktu enam bulan, motivasi seorang ibu sangatlah penting. Berdasarkan informasi yang disampaikan, faktor yang menentukan termotivasi atau tidaknya seorang ibu untuk menyusui anaknya adalah dorongan dan dukungan yang diterimanya dari pemerintah, tenaga kesehatan, dan keluarganya. Menurut Sulistyorini dkk. (2018), seorang ibu yang termotivasi untuk menyusui anaknya pasti selalu ingin dan akan berusaha untuk melakukannya. Faktor penting keberhasilan pemberian ASI eksklusif adalah dukungan keluarga. Karena tidak adanya dukungan dari keluarga atau kurangnya dukungan dari keluarga, khususnya dukungan dari suami dan orang tua, maka para ibu tidak memberikan ASI eksklusif kepada anaknya. Secara khusus, peran keluarga dalam memberikan dukungan kepada istri sangat penting bagi perempuan yang baru saja melahirkan anak pertama mereka.

Dukungan emosional, yang melibatkan empati, perhatian, dan perhatian kepada ibu, merupakan ciri khas dukungan keluarga. Adanya dukungan penilaian yang berlangsung sebagai hasil pernyataan rasa hormat, dorongan ke depan, atau persetujuan terhadap konsep ibu memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Dukungan instrumental dan informasi tersedia bagi perempuan yang sedang menyusui secara eksklusif (Ratna Sari 2019). Dukungan instrumental mencakup pemberian bantuan langsung kepada ibu, sedangkan dukungan informasi mencakup pemberian bimbingan, petunjuk, dan ide-ide konstruktif kepada ibu. Tidak menutup kemungkinan tingkat pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif menjadi salah satu faktor internal yang dapat mempengaruhi keberhasilan keperawatan eksklusif. Berdasarkan penelitian Ratna Sari tahun 2019, ibu yang memiliki tingkat pengetahuan lebih tinggi tentang manajemen laktasi akan menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi terhadap kemampuannya dalam mengasuh anak. Selain terbukti meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan ibu dan bayi, menyusui juga terbukti mengurangi risiko infeksi (Hadi et al., 2021). Pemberian ASI eksklusif sangat penting karena memberikan kandungan nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serta untuk kesehatan dan kelangsungan hidup.

Persiapan psikologis ibu untuk menyusui dan kesiapan ibu mengenai menyusui, termasuk pengetahuan tentang menyusui (praktik menyusui, manfaat menyusui, dll), harus sudah ada pada masa kehamilan ibu. Ketika seorang ibu diharuskan memberikan ASI eksklusif kepada anaknya dalam jangka waktu enam bulan, maka informasi dan motivasi yang dimilikinya dapat berpengaruh terhadap sikap ibu. Pemberian ASI eksklusif dapat dicapai dengan memberikan ASI kepada bayi sesering mungkin. Sebaliknya, bayi baru lahir biasanya ingin mengonsumsi ASI setiap dua hingga tiga jam, atau sepuluh hingga dua belas kali dalam satu hari. Anjurkan ibu untuk menyusui anaknya minimal empat jam sekali jika bayi tidak menyatakan keinginan untuk disusui. Biasanya bayi tidur selama enam hingga delapan jam setiap hari selama dua hari pertama setelah melahirkan. Sebaliknya, ASI tetap perlu diberikan dengan cara mengembangkannya. Menurut Purwanti (2017), pada hari ketiga setelah melahirkan, bayi sering menyusu selama dua sampai tiga jam berturut-turut.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi keputusan pemberian ASI eksklusif pada bayi baru lahir pada tiga hari pertama setelah kelahirannya, berdasarkan temuan penelitian yang telah disampaikan pada paparan di atas. Jika berbicara mengenai keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bayi baru lahir pada tiga hari pertama kehidupannya, variabel yang paling erat kaitannya dengan keberhasilan tersebut adalah dukungan keluarga. Dukungan dari keluarga pada masa-masa ini sangat diperlukan bagi ibu untuk dapat menguatkan ibu dan menekankan pentingnya pemberian ASI eksklusif, khususnya pada tiga hari pertama kelahiran. Banyak kondisi yang akan dialami ibu yang dapat menghambat proses pemberian ASI eksklusif pada tiga hari pertama kelahiran. Beberapa kondisi tersebut antara lain ASI ibu yang sulit keluar, bayi yang rewel, serta penyesuaian ibu terhadap kondisi fisik dan psikis pasca melahirkan.

II. METODE

Pembacaan teks menjadi awal acara, kemudian dilanjutkan dengan sambutan yang disampaikan kepada hadirin oleh ketua tim. Acara ini diadakan sebagai bentuk demo dan peragaan dengan tujuan memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi baru lahir pada tiga hari pertama kehidupannya. Hadir dan mengikuti kegiatan PKM ini seluruh masyarakat yang berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Pematang Raya Kabupaten Simalungun. Selain itu, akan ada sesi tanya jawab yang dapat diikuti oleh peserta. Hal ini bertujuan agar masyarakat dapat mengkomunikasikan demonstrasi yang telah dilakukan kepada teman terdekat atau anggota keluarganya sebagai sarana untuk mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh dengan mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini. Selain itu, sebagai penutup proyek pengabdian masyarakat ini, panitia melaksanakan doa bersama berjamaah.

III. HASIL

1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian

Untuk memberikan ringkasan singkat tentang proses pelaksanaan tugas ini, dapat dibagi menjadi tiga tahap berbeda. Sebelum memulai terapi, hal pertama yang harus dilakukan adalah mengetahui sejauh mana kesadaran orang tua terhadap konsep ASI eksklusif pada bayi baru lahir selama tiga hari pertama kehidupannya. Hal ini dilakukan sebelum sesi konseling. Sosialisasi kepada masyarakat mengenai praktik pemberian ASI eksklusif pada bayi baru lahir pada tiga hari pertama kehidupannya merupakan tahap kedua. Setelah prosedur penyuluhan selesai, tahap ketiga adalah menentukan tingkat pengetahuan yang dimiliki masyarakat.

2. Analisis Hasil Kegiatan

Masyarakat yang mengikuti kegiatan ini mengaku tertarik dan penasaran dengan materi yang disampaikan, terbukti dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan pada saat konsultasi dan tanya jawab yang diadakan seputar ASI Eksklusif pada bayi baru lahir di tahun 2016. tiga hari pertama kelahiran. Selain itu, respon yang diperoleh dari masing-masing ibu dan anggota keluarga yang mengikuti kegiatan ini sangat memuaskan. Selain itu, beberapa di antara mereka juga mengungkapkan keinginannya agar kegiatan serupa dapat dilakukan secara konsisten.

IV. PEMBAHASAN

Pengetahuan tentang manfaat kolostrum inilah yang menyebabkan seseorang melakukan inisiasi pemberian ASI eksklusif berupa kolostrum pada bayi pada tiga hari pertama kelahirannya. Hal ini disebabkan karena pengetahuan diyakini dapat menghasilkan perilaku pada individu. Kolostrum merupakan sesuatu yang akan diberikan seorang ibu kepada anaknya jika ia mempunyai pemahaman yang baik tentang zat tersebut. Sebaliknya, jika pengetahuan ibu kurang, maka besar kemungkinan ibu tidak akan memberikan kolostrum pada anaknya. Hal ini karena kecil kemungkinannya ibu mengetahui apa yang harus ditanyakan.

Di sisi lain, sikap bukanlah tindakan mewujudkan motivasi tertentu; melainkan kesiapan atau kemauan untuk bertindak. Disposisi adalah kesiapan menanggapi hal-hal tertentu sebagai ungkapan rasa syukur. Reaksi ini meliputi menerima, menyikapi, menghargai, dan mempertanggungjawabkan perbuatan seseorang. Jika seseorang mempunyai pengalaman yang sedikit atau pengalaman yang banyak, maka suatu sikap akan diikuti dengan suatu tindakan atau tidak. Salah satu ciri suatu sikap adalah motivasinya, yang dapat diartikan sebagai aspek dinamis menuju suatu tujuan atau pencapaian suatu tujuan. Anda dapat memiliki sikap positif atau negatif. Adanya kecenderungan untuk mendekati, menikmati, dan berharap terhadap suatu objek tertentu jika seseorang mempunyai sikap yang baik, dan bila seseorang mempunyai sikap yang negatif, maka ada kecenderungan untuk menjauhi, menghindari, membenci, atau membenci objek tertentu. Penjelasan yang mungkin mengenai hal ini adalah karena lokasi responden yang berdekatan dengan tenaga kesehatan atau fasilitas kesehatan, sehingga memudahkan mereka dalam menerima pengobatan (Azwar, 2019).

Menurut Friedman (2018), ada beberapa cara berbeda untuk memberikan dukungan keluarga. Diantaranya adalah: a) memberikan dukungan informasi, b) memberikan dukungan apresiasi, c) memberikan dukungan instrumental, dan d) memberikan dukungan emosional. Pada awal masa menyusui serta sepanjang masa menyusui, ibu memerlukan dukungan dan bantuan. Sebagai langkah awal, mereka memerlukan bantuan selama kehamilan dan setelah melahirkan. Selain mendapat pengobatan dan dukungan medis dari keluarga dan lingkungan, mereka memerlukan bantuan ASI hingga dua tahun.

Keluarga, khususnya suami, mempunyai peranan penting dalam menentukan berhasil atau tidaknya pemberian ASI. Hal ini disebabkan karena suamilah yang mengontrol kelancaran pengetahuan keperawatan (refleks meletakkan), yang sangat dipengaruhi oleh keadaan emosional dan perasaan ibu (Proverawati, 2019).

Dukungan baik itu dari orang lain maupun dari orang-orang terdekat ibu sangat berperan dalam menentukan sukses atau tidaknya pemberian ASI. Kemampuan untuk terus menyusui akan meningkat sebanding dengan jumlah bantuan yang diperoleh agar dapat terus menyusui. Menurut Proverawati (2019), seorang ibu yang merasa terintimidasi atau tidak mendapat dukungan dari suami, ibu, atau saudara perempuannya mungkin akan terdorong untuk beralih ke susu formula. Sebab, dukungan dari pasangan dan keluarga mempunyai pengaruh yang cukup besar.

Dukungan keluarga terutama dari pasangan akan berpengaruh pada tingkat kepercayaan diri atau motivasi yang dimiliki para ibu dalam menjalani masa menyusui. Dorongan dan dukungan yang diterima ibu dari suami, petugas kesehatan, dan pemerintah turut mendorong mereka untuk memberikan ASI eksklusif kepada anaknya. Hal ini merupakan faktor yang sangat penting dalam keputusan pemberian ASI eksklusif.

Dukungan evaluasi dan apresiasi dari keluarga merupakan salah satu bentuk dukungan yang diberikan keluarga satu sama lain. Menurut Friedman (2018), dukungan apresiasi atau penilaian adalah ketika keluarga berperan sebagai sumber dan validator identitas anggota keluarga, serta sebagai pembimbing dan mediator dalam proses penyelesaian permasalahan. Termasuk memberikan dukungan, apresiasi, dan perhatian.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Di Puskesmas Pematang Raya Kabupaten Simalungun, dengan memperhatikan temuan penelitian sebelumnya mengenai hubungan pengetahuan ibu, sikap ibu, dan dukungan keluarga dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bayi baru lahir pada tiga hari pertama kehidupannya, berikut ini adalah pembahasan: Variabel yang paling erat kaitannya dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bayi baru lahir pada tiga hari pertama kehidupannya adalah tersedianya dukungan keluarga. Pada tiga hari pertama setelah melahirkan, ibu akan mengalami sejumlah kondisi yang membuatnya sulit memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Kondisi tersebut antara lain ASI ibu yang sulit keluar, bayi yang rewel, serta penyesuaian ibu terhadap kondisi fisik dan psikis pasca melahirkan. Oleh karena itu, pada masa-masa ini, ibu memerlukan dukungan dari keluarga agar dapat menguatkan dan menekankan pentingnya pemberian ASI eksklusif, terutama pada tiga hari pertama setelah melahirkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, A. (2019). Prinsip Dasar Motivasi Pelaksanaan Program Kesehatan, EGC, Jakarta
- Friedman, Bowden, & Jones. (2018). Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori, dan Praktik, Edisi 5. EGC: Jakarta
- Hadi, dkk. (2021). Kandungan dan manfaat ASI.
- Hadi, S. P. I. (2021). Kandungan dan Manfaat ASI. Jurnal Manajemen Laktasi Berbasis Evidence Based Terkini, 21-29.
- Purwanti, H.S. (2017) Konsep Penerapan ASI eksklusif. Edited by M. Ester. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Proverawati, Atikah, Rahmawati, Eni. (2019). Kapita Selekta ASI dan Menyusui. Nuha Medika: Yogyakarta
- Ratnasari, R. D. (2019). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kepercayaan Diri Ibu pada Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Desa Sentolo Kulon Progo Yogyakarta (Doctoral Dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).
- Sulistiyorini, E. dan Hanifah, L. (2018). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Menyusui Tentang Cara Memerah dan Menyimpan ASI di Posyandu Anggrek Sanggrahan Joho Sukoharjo Tahun 2017. *Aviccena Journal of Health Reseach*, 1(1), hal. 40–54.
- Wibowo, Y., & Purwanti, R. S. (2020). Pengaruh Pembentukan Kelompok Pendukung Asi (Kp-ASI) Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Memberikan Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikuda Kabupaten Sukabumi Tahun 2020. *Journal of Health Science and Prevention*, 4(2), 99-105.