

## Exclusive Breastfeeding Management for Worker Mother in Universitas Negeri Padang

Elsa Yuniarti, Rahmadhani Fitri dan Rahmawati Darussyamsu\*

*Jurusan Biologi FMIPA Universitas Negeri Padang, (0751)7057420/(0751)7058772,*

\*Correspondence email: [rahmawati6786@gmail.com](mailto:rahmawati6786@gmail.com); Tel: 081363229286

Diterima 20/02/2019, Disetujui 23/02/2019, Dipublikasikan 30/03/2019

**Abstract** - Breast milk is a baby food that contains high nutrition that is needed by babies. The World Health Organization (WHO) has recommended that babies get exclusive breastfeeding until the age of 6 months. Data from field interviews with 12 working mothers in the Padang State University who were pregnant and had babies 0-12 months, in general they failed in 6 months exclusive breastfeeding due to their lack of knowledge that breastmilk / ASIP can be stored and given again when they are working. The success of breastfeeding in working mothers is strongly influenced by mother's knowledge, mother's working hours and workplace support. The lack of knowledge and skills of mothers in the UNP Environment regarding exclusive breastfeeding after their leave is out, indicating that training is needed to increase maternal knowledge and skills in exclusive breastfeeding management when returning to work. Therefore, the training was carried out through this PKM activity with the title of Exclusive Asi Management for Workers' Mothers in the Environment of Padang State University. The activity was held on August 10, 2018 in the UNP senate meeting room which was attended by 50 participants with a series of activities to provide ASIP material and mini-workshop and lactation workshops from AIMI (Association of Indonesian Breastfeeding Mothers) West Sumatra. This PKM was held to coincide with the International ASI Week and the National ASI Month with the theme ASI is the Foundation of Life. With this activity, mothers of workers in the UNP Environment can increase the knowledge of mothers and succeed in giving exclusive breastfeeding as capital to build human resources (HR) successor to a generation of healthy and high quality.

**Keywords:** Management, Exclusive Breastfeeding, mothers of UNP workers



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2017 by author and Universitas Negeri Padang.

## Pendahuluan

*World Health Organization (WHO)* merekomendasikan pemberian Air Susu Ibu (ASI) kepada bayi yang baru lahir hingga minimal usia 6 bulan atau lebih. Pemberian ASI eksklusif tersebut akan memberikan dampak positif baik bagi bayi, ibu maupun lingkungan. Bayi yang diberikan ASI

eksklusif akan terhindar dari berbagai macam penyakit infeksi seperti diare, pneumonia dan Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA) [1].

Ibu yang menyusui bayinya dapat membantu untuk mengurangi pendarahan setelah melahirkan, mengurangi terjadinya

depresi, dan menurunkan skala nyeri setelah melahirkan. Dampak positif tersebut sangat membantu ibu untuk memiliki kondisi tubuh yang lebih sehat serta dapat meningkatkan produktivitas kerja khususnya bagi ibu pekerja [1]. Pemberian ASI juga mempunyai dampak positif bagi lingkungan yaitu dapat mengurangi sampah dunia yang berasal dari kaleng susu, karton dan kertas pembungkus susu maupun dot karet. Selain itu, pemberian ASI juga dapat mengurangi polusi udara dan penebangan hutan secara liar untuk proses produksi pembuatan susu di pabrik [2].

Dukungan pemberian ASI eksklusif dari berbagai negara di dunia sangatlah besar. Hal ini dikarenakan masih rendahnya cakupan pemberian ASI tersebut. Menurut *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) [3], data 2012 cakupan rata-rata ASI eksklusif di dunia hanya sebesar 38%, sedangkan untuk negara berkembang termasuk Indonesia memiliki rata-rata cakupan ASI hanya sebesar 47%-57% saja. Menurut Kementerian Kesehatan [4], Indonesia memiliki cakupan ASI eksklusif sebesar 54,3%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Sumatera Barat, cakupan pemberian ASI eksklusif tahun 2015 adalah 75,1% dengan target 83,0%. Hal ini menunjukkan bahwa Provinsi Sumatera Barat belum mencapai target program nasional.

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pemberian ASI eksklusif yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internalnya antara lain adalah pendidikan ibu, pengetahuan ibu, sikap dan perilaku ibu, faktor fisik ibu serta faktor emosional. Sedangkan faktor eksternalnya adalah ibu yang bekerja, jam kerja ibu, dukungan suami, dukungan tempat kerja, pemberian makanan pralaktal dan pemberian susu formula [5,6].

Keberhasilan pemberian ASI pada ibu pekerja sangat dipengaruhi oleh pengetahuan ibu, jam kerja ibu dan dukungan tempat kerja. Adanya dukungan tempat kerja tersebut sangat mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif

kepada bayi, misalnya dengan adanya tempat pemerah ASI, tempat penyimpanan ASI dan tempat penitipan bayi [7].

Pemerintah Indonesia sebenarnya sudah memberikan dukungan bagi para ibu pekerja agar tetap dapat memberikan ASI pada bayinya. Hal ini didukung dengan ditetapkannya Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang pemberian ASI eksklusif yang mewajibkan untuk setiap perusahaan atau tempat kerja memberikan ruang untuk ibu menyusui yang bekerja agar tetap bisa memberikan ASI eksklusif [4].

Data di lapangan hasil wawancara terhadap 12 orang ibu pekerja se lingkungan Universitas Negeri Padang yang sedang hamil dan mempunyai bayi 0-12 tahun, pada umumnya mereka gagal dalam pemberian ASI eksklusif 6 bulan dikarenakan kurangnya pengetahuan mereka bahwa ASI/ASIP (ASI Perah) bisa disimpan dan diberikan lagi pada saat mereka sedang berkerja. Masalah lain yang dihadapi oleh ibu berkerja adalah tidak tersedianya kamar laktasi untuk ibu pekerja agar bisa menyusui langsung bayinya, serta ruangan untuk pemerah ASI selama mereka di tempat kerja. Laporan data pasien di Poliklinik UNP didapati beberapa ibu pekerja mengalami Mastitis yakni infeksi payudara atau istilah awamnya 'demam susu' akibat tidak menyusui dalam waktu yang lama.

Oleh sebab itu, telah dilaksanakan kegiatan pengabdian bekerjasama dengan AIMI Sumatera Barat dan Poliklinik Universitas Negeri Padang melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dengan judul : 'Manajemen ASI Eksklusif Bagi Ibu Pekerja se-Lingkungan Universitas Negeri Padang'. Diharapkan dengan kegiatan ini, ibu pekerja se Lingkungan Universitas Negeri Padang dapat mensukseskan pemberian ASI eksklusif sebagai modal membangun Sumber daya manusia (SDM) penerus generasi bangsa yang sehat dan berkualitas.

## **Solusi**

Langkah-langkah yang dilakukan untuk melaksanakan solusi yang ditawarkan dalam mengatasi permasalahan manajemen asi eksklusif bagi ibu pekerja se lingkungan Universitas Negeri Padang sebagai berikut:

1. Telah dilakukan kegiatan peningkatan pengetahuan dan ketrampilan peserta berupa pemberian materi dan miniworkshop ASIP dan pijat laktasi tanggal 10 Agustus 2018 di ruang sidang senat UNP yang dihadiri oleh 50 peserta Peserta adalah ibu pekerja se lingkungan UNP yang sedang hamil, ibu yang mempunyai anak berumur 0-12 bulan dan wanita yang berstatus menikah berumur 20-40 tahun (usia reproduksi). Ibu pekerja yang dimaksud adalah dosen, tenaga kependidikan, tenaga kebersihan dan mahasiswa pascasarja. PKM ini diadakan bertepatan dengan Pekan ASI Internasional dan Bulan ASI Nasional yang bertema ASI adalah Fondasi Kehidupan.
2. Monitoring kegiatan dalam jangka 2 bulan (September dan Oktober 2018) setelah kegiatan peningkatan pengetahuan dan miniworshop. Monitoring secara interpersonal terhadap peserta kegiatan untuk evaluasi dan kemanfaatan kegiatan PKM ini terhadap peningkatan kuantitas ASI dan kesuksesan dalam pemberian ASI eksklusif.

### Hasil dan Diskusi

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul **Manajemen Asi Eksklusif Bagi Ibu Pekerja Se Lingkungan Universitas Negeri Padang**. Kegiatan telah dilakukan ada tanggal 10 Agustus 2018 di ruang sidang senat UNP yang dihadiri oleh 50 peserta dengan rangkaian kegiatan pemberian materi dan miniworkshop ASIP dan laktasi dari AIMI (Asosiasi Ibu Menyusui Indonesia) Sumatera Barat. PKM ini diadakan bertepatan dengan Pekan ASI Internasional

dan Bulan ASI Nasional yang bertema ASI adalah Fondasi Kehidupan.

Dua bulan setelah kegiatan dilaksanakan, maka dilakukan monitoring dan evaluasi pada ibu-ibu peserta kegiatan untuk mengetahui pengetahuan dan sikapnya terhadap manajemen ASI eksklusif. Kegiatan monitoring interpersonal dilakukan dengan memberikan kuisisioner bagi ibu-ibu peserta kegiatan melalui google form yang dikirimkan ke akun media sosial masing-masing peserta. Kuisisioner yang diberikan memuat aspek pengetahuan, sikap dan perilaku, serta dukungan institusi terhadap pemberian ASI eksklusif.

Skor perolehan isian kuisisioner dirata-ratakan dan dihitung persentasenya untuk melihat gambaran umum aspek-aspek yang dianalisis. Hasil analisis data ditampilkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Deskripsi Rata-rata Persentase Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Institusi terhadap Pemberian ASI Eksklusif

No	Aspek	Rata-rata Persentase (%)
1.	Pengetahuan	85,16
2.	Sikap dan Perilaku	80,13
3.	Dukungan Institusi	44,83

Berdasarkan data pada Tabel 1, terlihat bahwa setelah kegiatan pengabdian ini dilaksanakan, ibu-ibu pekerja di UNP telah memiliki pengetahuan yang sangat baik tentang manajemen ASI eksklusif yang seharusnya dilakukan untuk dapat memberikan ASI terhadap bayi, meskipun telah kembali bekerja. Secara lebih terperinci, untuk hasil data tentang pengetahuan ditampilkan pada Tabel 2.

Tabel 2. Deskripsi Rata-rata Persentase Pengetahuan Ibu Pekerja tentang Pemberian ASI Eksklusif

No	Aspek	Rata-rata Persentase (%)
1.	Pengertian ASI Eksklusif	97
2.	Alasan pentingnya ASI eksklusif bagi bayi	88

No	Aspek	Rata-rata Persentase (%)
3.	Manfaat yang diperoleh Ibu dengan memberikan ASI eksklusif	46
4.	Alasan ibu menyusui	100
5.	Alasan ASI eksklusif dapat melindungi bayi dari penyakit	59
6.	Pengganti ASI yang tepat	80
7.	Kelebihan ASI dibanding PASI	100
8.	Waktu yang tepat untuk memulai pemberian MP-ASI	100
9.	Pengertian kolostrum	100
10.	Pengetahuan tentang tindakan terhadap kolostrum	100
11.	Manfaat pemberian kolostrum	100
12.	Perbandingan yang tepat antara ASI dan susu formula	100
13.	Pernyataan yang tepat mengenai ASI	100
14.	Makanan yang tepat untuk bayi sampai dengan usia 6 bulan	88
15.	Faktor yang mempengaruhi produksi ASI	100
16.	Cara menyusui yang tepat	64
17.	Produksi ASI dipengaruhi oleh kuantitas ibu menyusui	97
18.	Hal yang harus dilakukan ibu ketika bayi diare	94
19.	Pengaruh frekuensi menyusu terhadap produksi ASI	97
20.	Jadwal terbaik dalam pemberian ASI	77
21.	Hal yang harus dilakukan ibu sebelum menyusui	97
22.	Hal yang harus diantisipasi agar payudara ibu menyusui tidak bengkak	100
23.	Wadah terbaik untuk menyimpan ASI perah	90
24.	Cara penyimpanan ASI perah yang tepat	55
25.	Lama tahannya ASI di ruangan terbuka	100
Rata-rata		85,16

Pengetahuan tertinggi diketahui oleh ibu pekerja setelah mengikuti pelatihan dan miniworkshop manajemen ASI eksklusif tentang alasan ibu menyusui, pentingnya kolostrum, perbandingan ASI dan susu formula, faktor yang mempengaruhi produksi ASI, antisipasi agar payudara ibu tidak bengkak, lama penyimpanan ASI yang tepat, serta waktu yang tepat untuk memberikan MP-ASI. Keseluruhan aspek tersebut memperoleh persentase 100%. Hal ini menunjukkan bahwa ibu telah

mengetahui dengan sangat baik pengetahuan tentang manajemen ASI terbaik, agar dapat memberikan ASI eksklusif pada bayinya.

Pengetahuan yang sangat baik dari ibu pekerja UNP ini, merupakan fakta yang menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang ASI meningkat dengan diberikannya pelatihan. Peningkatan yang menggembirakan ini terjadi karena fokus utama materi yang disampaikan pada pelatihan adalah tentang pentingnya ASI disertai alasannya, serta hal yang harus dilakukan agar dapat memberikan ASI eksklusif pada bayi, meskipun ibu telah kembali bekerja.

Selain itu, kegiatan yang dilaksanakan difasilitasi oleh pakar di bidangnya, yakni ahli yang diundang dari Asosiasi Ibu Menyusui Indonesia (AIMI) cabang Sumatera Barat, yang memang mewadahi dan terlatih untuk memberikan materi tentang manajemen laktasi. Dengan demikian, penyampaian materi dari pakar merupakan salah satu pendukung tercapainya target kegiatan ini.

Lebih lanjut, ditinjau dari aspek sikap dan perilaku ibu ketika menyusui, diperoleh data bahwa sikap dan perilaku ibu pekerja berada pada kategori baik. Uraian secara rinci ditampilkan pada Tabel 3.

Tabel 3. Deskripsi Rata-rata Persentase Sikap dan Perilaku Ibu Pekerja tentang Pemberian ASI Eksklusif

No	Aspek	Persentase (%)
1.	Ibu berpikir bahwa semua bayi berhak menerima ASI eksklusif	100
2.	Ibu berpikir bahwa pemberian ASI eksklusif adalah kewajiban ibu	97
3.	Ibu merasa puas dapat memberikan ASI eksklusif	94
4.	Ibu membutuhkan keahlian khusus/latihan khusus dalam pemberian ASI	64
5.	Ibu menyadari alasan kebijakan pemerintah agar menyusui sampai bayi berumur 2 tahun	90
6.	Ibu melihat adanya perbedaan pertumbuhan dan perkembangan bayi yang diberi ASI dan tidak	93

No	Aspek	Persentase (%)	No	Aspek	Persentase (%)
7.	Ibu hanya memberikan ASI saja sampai bayi berusia 6 bulan	61	4.	Ibu membawa anak ketika bekerja	7
8.	Produksi ASI ibu mencukupi kebutuhan bayi	86	5.	Atasan memberikan kesempatan pada ibu untuk menyusui pada jam kerja	67
9.	Ibu mengikuti pantangan makanan atau diet selama menyusui	7	6.	Pada tempat kerja ibu tidak disediakan pojok laktasi	82
10.	Ibu memberikan ASI ketika ibu bekerja dengan cara yang tepat	57	Rata-rata		44,83
11.	Ibu memberikan ASI langsung setelah melahirkan	100			
12.	Ibu memberikan ASI pertama (kolostrum) pada bayi	92			
13.	Ibu memberikan MP-ASI pada waktu yang tepat (setelah usia bayi 6 bulan)	97			
14.	Ibu tidak memberikan MP-ASI sebelum usia bayi 6 bulan ketika bayi rewel	100			
15.	Ibu tidak memberikan MP-ASI sebelum usia bayi 6 bulan	66			
16.	Ibu makan lebih banyak sayuran agar produksi ASI lebih banyak	78			
Rata-rata		80,13			

Rata-rata persentase sikap dan perilaku ibu pekerja ketika menyusui bayinya memperoleh skor 80,13. Hal ini menunjukkan bahwa setelah pelatihan dilaksanakan, ibu-ibu pekerja dapat menyikapi dan melaksanakan manajemen laktasinya dengan baik.

Berbeda dengan aspek pengetahuan dan sikap, dukungan institusi terhadap pemberian ASI eksklusif oleh ibu pekerja di UNP belum sesuai dengan apa yang diharapkan. Persentase yang diperoleh masih berada pada kategori rendah. Secara lebih terperinci, untuk hasil data tentang dukungan institusi terhadap pemberian ASI eksklusif ditampilkan pada Tabel 4.

Tabel 4. Deskripsi Rata-rata Persentase Dukungan Institusi terhadap Pemberian ASI Eksklusif

No	Aspek	Persentase (%)
1.	Ibu diizinkan membawa anak ke tempat kerja	55
2.	Tersedia Tempat Penitipan Anak (TPA) di tempat/ sekitar lingkungan ibu bekerja	83
3.	Ibu mempunyai ruang kerja sendiri	39

Keberhasilan pemberian ASI pada ibu pekerja sangat dipengaruhi oleh pengetahuan ibu, jam kerja ibu dan dukungan tempat kerja. Berdasarkan data pada Tabel 4, terlihat bahwa baru 44,83% dukungan yang diberikan oleh UNP terhadap karyawannya untuk dapat memberikan ASI eksklusif setelah masa cuti bersalin selesai.

Rendahnya dukungan institusi ini, tentu saja mempengaruhi manajemen laktasi oleh ibu setelah kembali bekerja. Salah satunya, terlihat dari motivasi ibu untuk membawa anaknya ke tempat kerja, yakni hanya 7% dari keseluruhan peserta kegiatan. Selain itu, hanya 18% unit kerja di UNP yang menurut ibu-ibu peserta kegiatan dapat dijadikan tempat untuk menyusui ataupun memerah ASI, namun tempat tersebut bukanlah tempat terstandar untuk dijadikan pojok laktasi.

Data juga menunjukkan bahwa hanya 39% ibu peserta yang memiliki ruangan sendiri. Dengan demikian, tidak tersedianya fasilitas yang mendukung untuk memberikan ASI ataupun memerah ASI di lingkungan UNP merupakan salah satu penyebab rendahnya pemberian ASI eksklusif oleh ibu-ibu pekerja di UNP. Oleh sebab itu, sangat diperlukan dukungan dari institusi agar ibu-ibu pekerja dapat memberikan ASI secara eksklusif untuk bayinya, karena bayi adalah masa depan bangsa. Pertumbuhan dan perkembangannya akan ditentukan oleh asupan pertama yang diberikan oleh ibu, dan tentu saja yang terbaik adalah ASI.

### Kesimpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang manajemen ASI

eksklusif bagi ibu-ibu pekerja selingkungan UNP telah sukses dilaksanakan. Hal ini terlihat dari peningkatan pengetahuan dan sikap ibu pekerja yang berada pada kategori sangat baik dan baik. Namun, UNP sebagai institusi yang mewadahi ibu-ibu pekerja ini, belum memfasilitasi kegiatan laktasi dengan baik. Dengan demikian, diharapkan ke depannya UNP dapat membuatkan fasilitas khusus untuk ibu menyusui di lingkungan UNP, agar ibu pekerja di UNP dapat memberikan ASI eksklusif terhadap bayinya.

### Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Negeri Padang (UNP) dan Rektor UNP yang telah memfasilitasi dan mendukung secara finansial terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

### Daftar Pustaka

- [1] Ramadhani E., Lubis G., Edison. 2013. Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Angka Kejadian Diare Akut pada Bayi Usia 0-1 Tahun di Puskesmas Kuranji Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 2 (2): 62-66, Februari 2013.
- [2] Roesli U. 2000. *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- [3] UNICEF. 2012. *Mari jadikan ASI eksklusif prioritas nasional*. Pusat Media UNICEF. Diakses: 1 Februari 2018. [http://www.unicef.org/indonesia/id/media\\_19265.html](http://www.unicef.org/indonesia/id/media_19265.html)
- [4] Departemen Kesehatan. 2016. *Pentingnya Pojok Laktasi untuk Ibu dan Bayi*. Diakses 09 Februari 2018. <http://promkes.depkes.go.id/pentingnya-pojok-laktasi-untuk-ibu-dan-bayi/>.
- [5] Fikawati S dan Syafiq A. 2010. Kajian Implementasi dan Kebijakan Air Susu Ibu Eksklusif dan Inisiasi Menyusu Dini Di Indonesia. *Makara Kesehatan*, 14 (1): 17-24, Juni 2010
- [6] Setiowati T. 2011. Hubungan Faktor-faktor Ibu dengan Pelaksanaan Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi 6-12 Bulan di Desa Cidadap Wilayah Kerja Puskesmas Pagaden Barat Kabupaten Subang Periode Januari-Juli 2011. *Jurnal Kesehatan Kartika*. 10 (5): 10-17, Juli 2011.
- [7] Rejeki S. 2008. Studi Fenomenologi: Pengalaman Menyusui Eksklusif Ibu Bekerja di Wilayah Kendal Jawa Tengah. *Media Ners*. 2 (1): 1-13, Mei 2008.