

**LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**JUDUL :**

**TIPS SUKSES MENYUSUI SECARA EKSKLUSIF  
DI PUSKESMAS JOHAR BARU**

**OLEH :**

**Devi Yulianti, SST., M.Bmd**

**0328079202**

**Nadine Naila Putri**

**2115201064**

**Salwa Aulia Putri**

**2115201073**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN RSPAD GATOT SOEBROTO**

**TAHUN 2022**

## RINGKASAN

Pemberian ASI penting bagi proses tumbuh kembang baik fisik, mental maupun kecerdasan bayi sehingga pemberian ASI harus mendapat perhatian dari para ibu dan terutama tenaga kesehatan agar proses menyusui dapat terlaksana dengan benar. Faktor keberhasilan dalam menyusui dipengaruhi oleh komitmen ibu untuk menyusui, dilaksanakan secara dini, posisi menyusui yang benar untuk ibu maupun bayi, menyusui atas permintaan bayi, dan diberikan secara eksklusif (Wijaya et al., 2021).

Cara pemberian makanan yang baik dan benar bagi bayi adalah dengan cara menyusui bayi secara eksklusif sejak lahir sampai dengan umur 6 bulan dan meneruskan menyusui anak sampai umur 24 bulan. Mulai umur 6 bulan, bayi mendapat makanan pendamping ASI yang bergizi sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembangnya. Atas pertimbangan pentingnya pemberian ASI secara baik dan benar, terutama mengenai ASI eksklusif, dikeluarkanlah Peraturan Pemerintah No. 33 Tahun 2012 mengatur tentang pemberian ASI eksklusif. Peraturan ini menyatakan kewajiban ibu untuk menyusui bayinya secara eksklusif sejak lahir sampai usia 6 bulan (Wijaya et al., 2021).

Adapun tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini untuk memberikan pengetahuan bagi ibu menyusui bagaimana menyusui secara eksklusif.

### **Permasalahan Prioritas :**

Angka Kematian Bayi (AKB) di dunia sebesar 35 per 1000 kelahiran hidup. Indonesia termasuk salah satu Negara dengan persentase AKB tinggi. AKB di Indonesia pada tahun 2012 sebesar 32 per 1000 kelahiran hidup. Pada tahun 2015 mengalami penurunan yaitu sebesar 22 per 1000 kelahiran hidup. Meskipun terjadi penurunan, akan tetapi persentase AKB di Indonesia masih cukup tinggi jika dibandingkan dengan Negara-Negara seperti Malaysia, Singapura yang sudah dibawah 10 per 1000 kelahiran bayi (Profil Kesehatan Indonesia, 2017)

Data yang di peroleh dari Profil Kesehatan Provinsi DKI Jakarta menunjukkan cakupan ASI Eksklusif pada tahun 2016 adalah 48,1% dan menurun menjadi 46,60%. Wilayah dengan persentase ASI Eksklusif terendah ada di wilayah Kota Jakarta Pusat yaitu 41,7%, sedangkan wilayah lainnya sudah mencapai persentase diatas 50%. Salah satu rendahnya pemberian ASI Eksklusif ini karena banyaknya ibu rumah tangga yang bekerja dan membantu menjadi pencari

sumber pendapatan keluarga. Persentase perempuan yang bekerja sebesar 55,44% (Badan Pusat Statistik, 2018; Profil Kesehatan Indonesia 2017).

Banyak hal yang menyebabkan cakupan ASI eksklusif rendah yaitu persepsi tentang pemberian ASI, kesulitan ketika menyusui, ibu bekerja, kurangnya dukungan keluarga dan tenaga kesehatan serta usia ibu terlalu muda. Usia ibu berpengaruh pada lama dan kelanjutan menyusui. Ibu usia remaja memiliki durasi menyusui lebih rendah dibandingkan dengan ibu usia dewasa. Berdasarkan penelitian hanya 22% ibu usia remaja menyusui eksklusif. Ibu usia remaja yang menyusui cenderung berhenti memberikan ASI pada minggu keenam postpartum, sehingga ibu usia remaja merupakan salah satu faktor risiko penyebab masalah laktasi (Sipsma et al., 2015).

Sebesar 44% bayi baru lahir melakukan inisiasi menyusu dini di 1 jam pertamanya. Angka yang diharapkan dunia untuk pemenuhan ASI sebanyak 70%. Data yang tercatat dari 129 negara, hanya 22 saja yang mendekati target. Keseluruhan data ASI Eksklusif untuk bayi dibawah 6 bulan sebesar 40 % dan hanya 23 negara yang mencapai angka 60% *United Nation Childrens Funds* (UNICEF) (WHO & UNICEF, 2003).

*World Health Organization* (WHO) merekomendasikan dalam rangka menurunkan angka kesakitan dan kematian anak ,sebaiknya anak hanya disusui air susu ibu ( ASI) selama paling dikit enam bulan (Febriyanti, 2018 ). Sebuah analisis menyatakan bahwa pemberian ASI selama 6 bulan dapat menyelamatkan 1,3 juta jiwa di seluruh dunia (WHO & UNICEF, 2003).

### **Solusi dan Metode :**

Pada kegiatan PKM ini merupakan upaya meningkatkan cakupan ASI eksklusif pada ibu menyusui melalui tips dan trik agar ibu menyusui bisa tercapai eksklusif. Banyak faktor yang menyebabkan hal tersebut. Solusi permasalahan yaitu melakukan Penyuluhan dengan memberikan pemahaman mengenai Tips dan trik memberikan ASI eksklusif yaitu:

1. Mempersiapkan payudara bila diperlukan,
2. Menambah pengetahuan tentang ASI dan tata laksana menyusui,
3. Menciptakan dukungan keluarga, teman, dan sebagainya,
4. Memilih tempat melahirkan yang pro ASI Eksklusif,
5. Memilih tenaga kesehatan yang pro pemberian ASI secara Eksklusif,
6. Mencari ahli persoalan menyusui seperti Klinik laktasi,

7. Menciptakan sikap yang positif dan pro tentang ASI dan menyusui

Adapun metode yang digunakan yaitu penyuluhan menggunakan powerpoint serta diberikan leaflet kepada ibu menyusui.

### **Luaran**

Luaran dari pengabdian masyarakat ini adalah Publikasi di Jurnal Abdimas terakreditasi Sinta 1-6 dan HKI

**Kata Kunci : dukungan, ASI eksklusif**

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Analisa situasi**

#### **a. Kondisi terkini mitra**

Kondisi mitra yaitu Puskesmas Johar Baru merupakan fasilitas Kesehatan yang menyelenggarakan upaya Kesehatan masyarakat dan upaya Kesehatan prorangan tingkat pertama dengan lebih mengutamakan upaya promotive dan preventif, untuk mencapai derajat Kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya di wilayah kecamatan Johar baru. Puskesmas Johar Baru memiliki beberapa wilayah Binaan yaitu, RW. 04, RW.09, RW.010, RW.011, RW. 012, RW.013 dan RW.014 Kelurahan Tanah Tinggi.

#### **b. Upaya mitra**

Upaya yang telah dilakukan mitra untuk membantu program pemerintah mensukseskan cakupan ASI eksklusif yaitu dengan memberikan edukasi/konseling kepada ibu menyusui itu sendiri. Selain itu mitra juga mempunyai beberapa inovasi untuk menggerakkan masyarakat wilayah nya, seperti warung sehat, apel delima, doraemons, dan lainnya. Hal tersebut dilakukan agar masyarakat wilayah binaan Puskesmas Johar Baru senantiasa mengetahui hal-hal apa saja yang mendorong ibu untuk menyusui eksklusif.

### **1.2 Permasalahan Mitra**

Permasalahan dari mitra yang terlihat pada pengabdian masyarakat ini yaitu dimana mitra sudah memberikan edukasi/konseling bahkan men-suport para ibu menyusui, akan tetapi masyarakat di wilayah Puskesmas Johar Baru masih ada yang belum mengetahui ASI eksklusif sehingga tidak memberikan ASI kepada bayinya.

## **BAB II**

### **SOLUSI PERMASALAHAN**

Pada kegiatan PKM ini merupakan upaya meningkatkan cakupan ASI eksklusif pada ibu menyusui melalui tips dan trik agar ibu menyusui bisa tercapai eksklusif. Banyak faktor yang menyebabkan hal tersebut. Solusi permasalahan yaitu melakukan Penyuluhan dengan memberikan pemahaman mengenai Tips dan trik memberikan ASI eksklusif yaitu:

1. Mempersiapkan payudara bila diperlukan,
2. Menambah pengetahuan tentang ASI dan tata laksana menyusui,
3. Menciptakan dukungan keluarga, teman, dan sebagainya,
4. Memilih tempat melahirkan yang pro ASI Eksklusif,
5. Memilih tenaga kesehatan yang pro pemberian ASI secara Eksklusif,
6. Mencari ahli persoalan menyusui seperti Klinik laktasi,
7. Menciptakan sikap yang positif dan pro tentang ASI dan menyusui

### BAB III

#### PELAKSANAAN, LUARAN DAN TARGET PELAKSANAAN

##### Pelaksanaan

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan yang dilaksanakan secara berkelompok pada saat kelas ibu nifas. Atau jika ada ibu menyusui yang mempunyai bayi dibawah 6 bulan bisa untuk mengikuti penyuluhan tersebut. Media penyampaian yang digunakan berupa powerpoint dan leaflet. Leaflet akan diberikan kepada ibu menyusui/keluarga untuk dapat dibaca ulang dirumah.

##### Luaran

No	Jenis Luaran	Indikator Capaian		
		TS1	TS2	TS+2
<b>Luaran Wajib</b>				
1.	Publikasi di Jurnal ISSN	√	-	-
2.	HKI	√	-	-

##### Target Pelaksanaan

No	Jenis Luaran	Indikator Capaian		
		TS1	TS2	TS+2
1.	Sosialisasi Kegiatan	√	-	-
2.	Edukasi dengan media leafleat	√	-	-







## **BAB V**

### **HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI**

#### **5.1 Persiapan Pelaksanaan pelaksanaan kegiatan ini meliputi:**

1. Permohonan izin ke Puskesmas Johar baru
2. Penerbitan surat tugas dari LPPM STIKes RSPAD Gatot Soebroto
3. Persiapan alat, bahan, materi serta persiapan tempat berlangsungnya kegiatan.

#### **5.2 Pelaksanaan Pelaksanaan**

1. Waktu pelaksanaan : Senin, 05 Desember 2022
2. Tempat : Puskesmas Johar baru

##### **1. Moderator**

- a. Membuka acara
- b. Memperkenalkan Dosen Pemateri
- c. Menjelaskan tujuan dan topik
- d. Menjelaskan kontrak waktu, bahasa, tata tertib penyuluhan
- e. Menyerahkan jalannya penyuluhan kepada pemateri
- f. Mengarahkan alur diskusi
- g. Memimpin jalannya diskusi
- h. Menutup acara

##### **2. Pemateri**

- a. Mempresentasikan materi untuk penyuluhan.
- b. Membuat materi penyuluhan
- c. Memberikan dan menjawab pertanyaan
- d. Menyimpulkan hasil penyuluhan

#### **5.3 Hasil Evaluasi**

Kegiatan berjalan cukup lancar, masyarakat di sekitar wilayah Puskesmas Johar baru antusias membaca leaflet yang diberikan.

## **BAB VI**

### **RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA**

Sebagai bentuk tindak lanjut kegiatan, tim pengabdian berencana membentuk tim yang melibatkan bidan di Puskesmas Johar Baru untuk melakukan kegiatan lanjutan secara rutin guna meningkatkan pemahaman ibu menyusui dengan menggunakan media leaflet ataupun konseling untuk mengenal lebih lanjut mengenai manfaat, kandungan ASI, tips dan trik menyusui eksklusif. Hal tersebut agar, ibu menyusui lebih semangat dan termotivasi serta mempunyai komitmen untuk tetap memberikan ASI eksklusif.

## **BAB VII**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **7.1 Kesimpulan**

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan dengan menggunakan powerpoint dan leaflet. Penyuluhan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu menyusui tentang ASI eksklusif. Materi penyuluhan yang diberikan mencakup materi tentang pengertian ASI, ASI eksklusif, manfaat, kandungan ASI, tips dan trik menyusui eksklusif. Tanya jawab kegiatan dilakukan setelah pemberian materi selesai dilaksanakan.

#### **7.2 Saran**

Saran untuk ke depannya perlu dilakukan kegiatan yang berkelanjutan dengan menggunakan media digital dan aplikasi yang lebih menarik, sehingga diharapkan dapat memfasilitasi ibu menyusui yang ingin mengetahui tentang pemberian ASI eksklusif.

## DAFTAR PUSTAKA

*Badan Pusat Statistik*, 2018. Retrieved January 12, 2023, from <https://www.bps.go.id/>

*Profil Kesehatan Indonesia 2017*. Retrieved October 3, 2022, from <https://idoc.pub/documents/profil-kesehatan-indonesia-2015-vlr028dzevlz>

Sipsma, H. L., Jones, K. L., & Cole-Lewis, H. (2015). Breastfeeding among adolescent mothers: A systematic review of interventions from high-income countries. *Journal of Human Lactation: Official Journal of International Lactation Consultant Association*, 31(2), 221–229; quiz 321–322. <https://doi.org/10.1177/0890334414561264>

WHO, & UNICEF (Eds.). (2003). *Global strategy for infant and young child feeding*. WHO.

Wijaya, W., Nurul Makiyah, S. N., & Warsiti. (2021). Qualitative Study of Breastfeeding Practice Experiences of Teenager Mothers with Unwanted Pregnancy JURNAL KEBIDANAN Poltekkes Semarang. *Jurnal Kebidanan Poltekkes Kemenkes Semarang*, 11. <http://dx.doi.org/10.31983/jkb.v11i1.5896>

**LAMPIRAN** (bukti luaran yang didapatkan)

- Belum Ada

**PERSETUJUAN MITRA :**

Menunggu surat dari tim pengabdian kepada masyarakat

**PETA LOKASI WILAYAH PENGABDIAN**

Puskesmas Johar Baru

Alamat: Jalan Tanah Tinggi XII, Kelurahan Tanah Tinggi Kecamatan Johar Baru, Jakarta Pusat

29 WhatsApp x Puskesmas Johar Baru x Peta Kelurahan Johar Baru x Badan Pusat Statistik x World Health Organi x World health statisti x Badan Pusat Statistik x +

puskesmasjoharbaru.id/peta-kecamatan-johar-baru/peta-kelurahan-johar-baru/

https://mail.google... (11) WhatsApp My Drive - Google... YouTube Indonesia.ig.id - C... Sinta (Science and... Home | WATAN BID... SISTER Citra Delima Untitled form - Goo... Wijaya dkk | PENVE...

PONDOKSIRIH ONLINE | PONDOKSIRIH ONLINE | PONDOKSIRIH ONLINE

BERANDA BLOG PUSKESMAS KELURAHAN PENDAFTARAN ONLINE LAYANAN TARIFF LAYANAN INFO PETA INOVASI

**INFRASTRUKTUR**  
**KELURAHAN JOHAR BARU**  
Kecamatan Johar Baru, DKI Jakarta

Skala 1:1000  
Kontak: puskesmasjoharbaru@gmail.com  
Dibuat pada: 01 Desember 2023

**Kategori**

Puskesmas	SD
Taman Kanak-kanak	Puskesmas Pembantu
SMP	Kantor Kelurahan
SMA/SMK	Kantor Kecamatan
Kantor Desa	Kantor Dinas Kesehatan Kota
Kantor Kecamatan	Kantor Dinas Pendidikan Kota
Kantor Kecamatan	Kantor Dinas Sosial Kota
Kantor Kecamatan	Kantor Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kota
Kantor Kecamatan	Kantor Dinas Perlindungan Perempuan dan Anak Kota
Kantor Kecamatan	Kantor Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Kota
Kantor Kecamatan	Kantor Dinas Perumahan, Kawasan Permukiman dan Tata Ruang Kota
Kantor Kecamatan	Kantor Dinas Penanggulangan Sampah Kota
Kantor Kecamatan	Kantor Dinas Perikanan dan Peternakan Kota
Kantor Kecamatan	Kantor Dinas Kesehatan Masyarakat Kota
Kantor Kecamatan	Kantor Dinas Kesehatan Lingkungan Kota
Kantor Kecamatan	Kantor Dinas Kesehatan Keluarga Kota
Kantor Kecamatan	Kantor Dinas Kesehatan Komunitas Kota
Kantor Kecamatan	Kantor Dinas Kesehatan Rawat Inap Kota
Kantor Kecamatan	Kantor Dinas Kesehatan Rawat Jalan Kota
Kantor Kecamatan	Kantor Dinas Kesehatan Rawat Gawat Darurat Kota
Kantor Kecamatan	Kantor Dinas Kesehatan Rawat Gawat Darurat Kota

Logo of USAID, WHO, and other organizations.

90°F Berawan Search ENG INTL 14:00 12/01/2023

**DOKUMENTASI KEGIATAN**

