	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT


**PENDAMPINGAN MENYUSUI EKSLUSIVE
PADA IBU POST PARTUM 0-6 BULAN**



Disusun Oleh :

Ketua : Elmi Nuryati, M.Epid (0215117601)

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN
PRNDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU
TAHUN 2024**

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

1. Identitas PkM

A. Judul PkM

Pendampingan menyusui eksklusif pada ibu

B. Waktu PkM


Tahun Usulan	Tahun Pelaksanaan	Semeslater	Lama Penelitian
2023	2024	Ganjil	6 bulan

C. Mata Kuliah

Kode MK	Mata Kuliah
2036265	Metodologi Penelitian Lanjut

D. Dasar alqur'an

Surah dan ayat	al-Mu'min /40: 67
Ayat alquran	<p style="text-align: center;">QS. Al-Baqarah: 233</p> <p style="text-align: center;">وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنِيمَ الرِّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَارَّ وَالِدَةٌ وَالدَّ بَوْلِدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَلَدِهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِنْ سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَعَلِّمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ</p>
Artinya	<p>Dan ibu-ibu hendaklah menyusui anak-anaknya selama dua tahun penuh, bagi yang ingin menyusui secara sempurna. Dan kewajiban ayah menanggung nafkah dan pakaian mereka dengan cara yang patut. Seseorang tidak dibebani lebih dari kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita karena anaknya dan jangan pula seorang ayah (menderita) karena anaknya. Ahli waris pun (berkewajiban) seperti itu pula. Apabila keduanya ingin menyapih dengan persetujuan dan permusyawaratan antara keduanya, maka tidak ada dosa atas keduanya. Dan jika kamu ingin menyusukan anakmu kepada orang lain, maka tidak ada dosa bagimu memberikan pembayaran dengan cara yang patut. Bertakwalah kepada Allah dan ketahuilah bahwa Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan.</p>
Hadis	

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

2. Identitas pelaksana PkM

Nama	Peran	Tugas
Elmi Nuryati	Ketua Penelitian	Mengkoordinir pelaksanaan PkM
Nama	Peran	Tugas
Sumi Anggraeni	Anggota 1	Melakukan pelatihan
Sisma Novebri	Mahasiswa 1	Membantu mengkondisikan peserta pelatihan
Chica Valentina	Mahasiswa 2	Membantu mengkondisikan peserta pelatihan

3. Mitra PkM

Institusi	Nama mitra	Kepakaran	e-mail dan no WA
UPTD Rejo Sari	Rita Ensi	Keperawatan	-

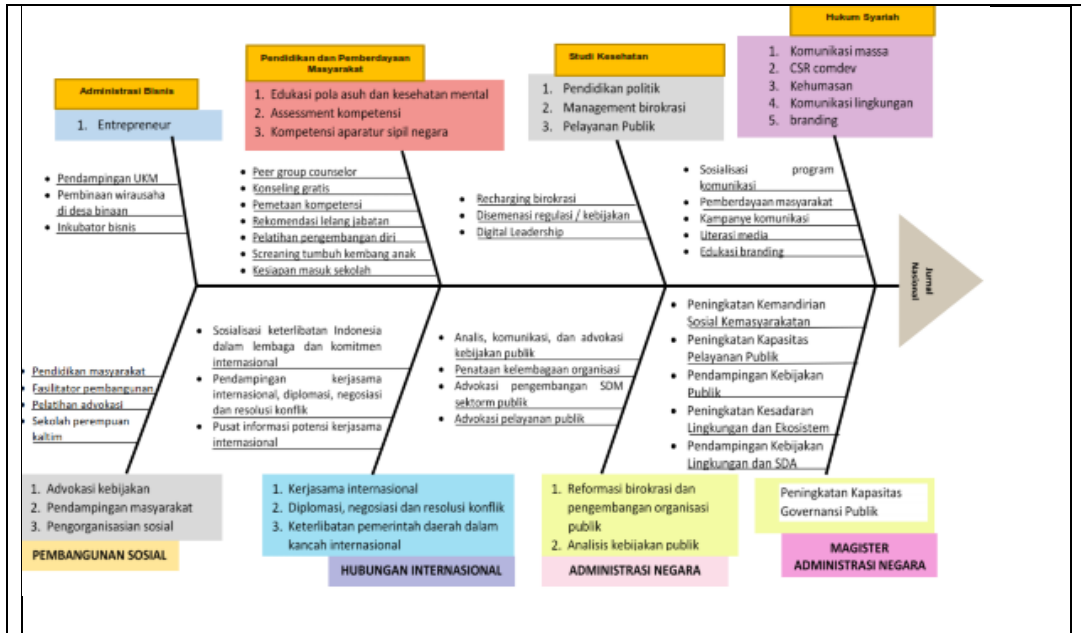
4. Luaran dan Target capaian

Tahun	Jenis Luaran
1	Jurnal nasional (sinta 1-4)
1	HKI

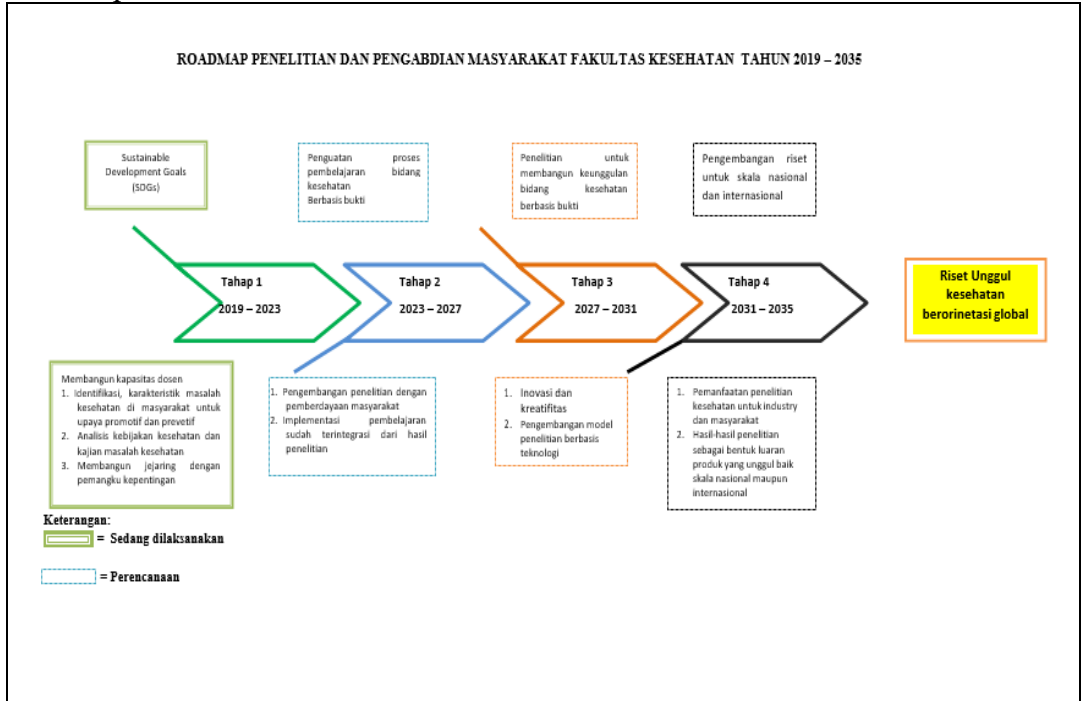
5. Roadmap Universitas


--

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

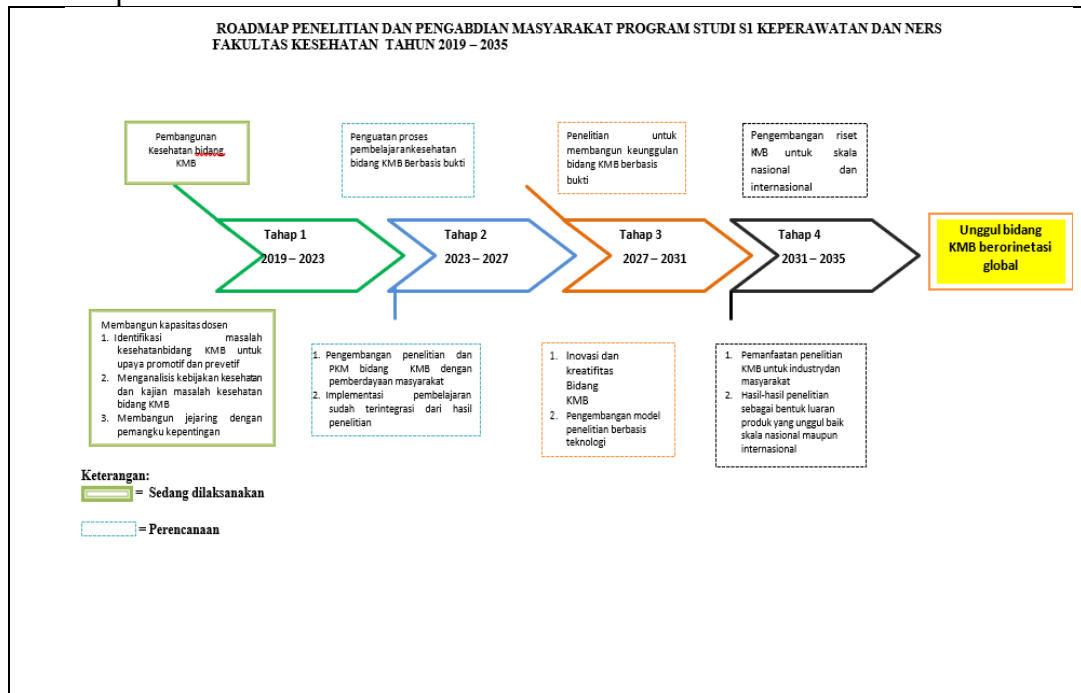


6. Roadmap Fakultas

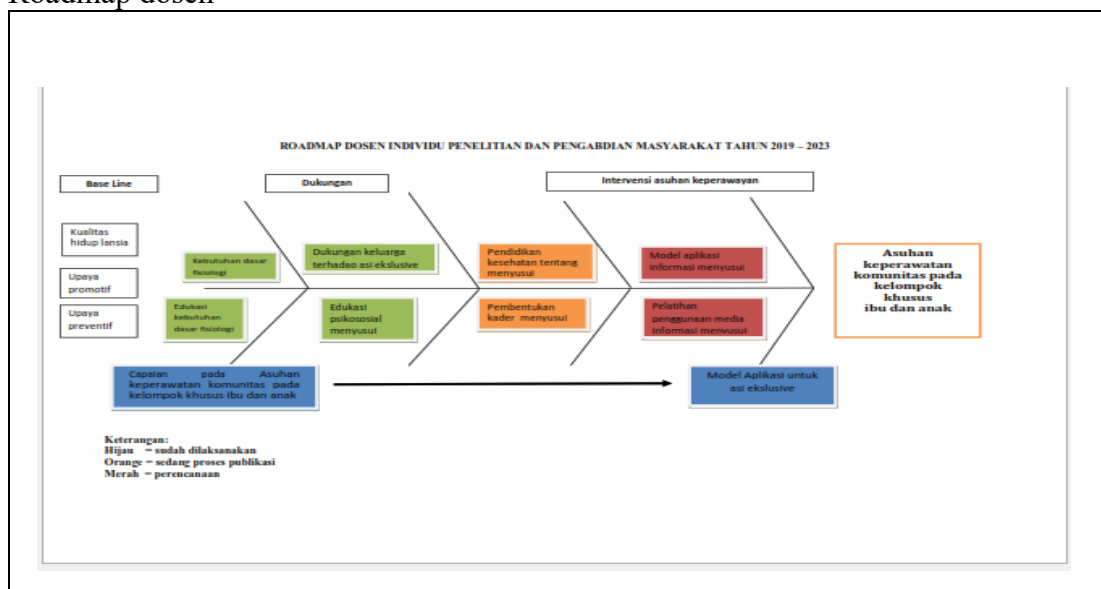



	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
FORMULIR SPMI		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

7. Roadmap Prodi



8. Roadmap dosen



	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15





9. Anggaran PkM

NO	URAIAN	SATUAN	VOLUME	JUMLAH
1	Honor peneliti	1	Rp 1.500.000,00	Rp 1.000.000,00
2	Belanja barang habis pakai	1	Rp 3.000.000,00	Rp 1.500.000,00
3	Biaya perjalanan (survey, ambil data, transpot)	5	RP 300.000,00	Rp 1,500,000,00
4	Publikasi	1	Rp 1.000.000,00	Rp 500.000,00
5	Lain-lain	1	Rp 1.000.000,00	Rp 500.000,00
	Jumah			Rp 5.000.000,00

10. Halaman pengesahan

HALAMAN PENGESAHAN	
1. Judul Penelitian	: Pendampingan Menyusui Ekslusive Pada Ibu Post Partum 0-6 Bulan
2. Bidang Peneltian	: Kesehatan/Keperawatan
3. Ketua Peneliti	
a. Nama lengkap	: Elmi Nuryati, M.Epid
b. NIDN	: 0215117601
c. Jabatan /golongan	: Lektor/ III d
d. Program Studi	: Magister Keperawatan
e. No Hp	: 082280333330
1. Anggota Peneliti 1	
a. Nama lengkap	: Sumi Anggraeni, M.Keb
b. NIDN	: 0404068102
4. Lokasi PkM	: UPTD Puskesmas Pringsewu
5. Jumlah biaya yang diusulkan	: Rp.5.000.000
Pringsewu, Februari 2024 Mengetahui	

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

Dekan FKes,   Elni Nuryati, M.Epid, Ph.D NIDN. 0215117601	Kepala LPPM UMPRI   Borwan Adiputra, M.Pd., Kons. NIDN. 0213108601
---	---

2. Isi PkM

a. Abstrak

Pendampingan adalah salah satu cara agar selama proses menyusui ibu dapat terpantau dengan baik. Pendampingan yang baik meliputi observasi secara continue pada ibu post partum sebelum 24 jam samapi dengan usia 6 bulan. Tujuan pengabdian Masyarakat ini adalah melatih bidan dan kader agar dapat memberikan pendampingan kepada ibu hamil trimester tiga sampai usia bayi enam bulan untuk dapat memberikan asi eksklusiv. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah pelatihan dalam bentuk materi dan demontarasi menyusui. Hasil dari pengabdian pendampingan menyusui eksklusiv pada ibu post partum yang memiliki bayi 0-6 bulan telah dilaksanakan dan dari 126 ibu yang mendapat pendampingan, 115 ibu yang berhasil memberikan asi secara eksklusiv. Sedangkan sisanya 21 ibu tidak berhasil karena beberapa factor. Hal ini akan berdampak positif terhadap Kesehatan ibu dan bayi sesuai dengan target capaian asi eksklusiv di kabupaten Pringsewu.

b. Key word

Pendampingan, menyusui, asi eksklusiv

c. Latar Belakang

Pendampingan oleh perawat dan bidan sangat penting untuk memastikan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Dukungan ini tidak hanya mencakup aspek fisik tetapi juga emosional, sehingga ibu merasa lebih siap dan termotivasi untuk memberikan ASI kepada bayinya. Dengan demikian, upaya ini akan berkontribusi pada kesehatan ibu dan bayi serta mendukung pencapaian tujuan kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Karena ASI merupakan sumber nutrisi terbaik bagi bayi, mengandung semua zat gizi yang diperlukan untuk


	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

pertumbuhan dan perkembangan mereka selama enam bulan pertama kehidupan Perawat dan Bidan berperan penting dalam memberikan dukungan emosional kepada ibu, yang dapat meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi dalam menyusui. Dengan adanya pendampingan dari bidan, ibu lebih mungkin untuk bertahan dalam menyusui, terutama dalam situasi sulit seperti ketika kembali bekerja atau menghadapi masalah Kesehatan.

Perlu upaya untuk meningkatkan target cakupan hingga 80% (2013), dalam hal ini mungkin ada beberapa faktor yang diketahui berkontribusi terhadap rendahnya praktik pemberian ASI eksklusif di Provinsi Lampung antara lain budaya, ibu bekerja, perasaan kurang menyusui, dukungan keluarga, dukungan tenaga kesehatan dan kurangnya informasi manajemen menyusui (Afiyanti Y dan Juliastuti D, 2012). Penelitian di 22 provinsi di Indonesia tahun 2015 melaporkan bahwa proporsi ibu menyusui di perkotaan cukup tinggi pada bayi 0-3 bulan (91%), pada bayi 0-6 bulan 86% namun kurang dari setengahnya yang mendapat ASI eksklusif yang diberi ASI selama lebih dari 6 bulan. Kesadaran menyusui eksklusif dilaporkan lebih tinggi pada ibu yang tinggal di kota dan status sosial ekonomi tinggi (Yohmi E et al., 2015). Banyak ibu yang memberikan makanan tambahan kepada bayi sebelum usia 3 bulan dan banyak ibu yang berhenti menyusui bayinya sebelum usia 2 tahun karena berbagai alasan (PERINASIA, 2018b).

Peran perawat dalam pendidikan kesehatan sangat penting untuk membantu pemerintah mewujudkan kesehatan untuk semua (Shamian, 2016) dan pasien mendapatkan manfaat darinya. Perawat harus mampu memberikan perhatian yang baik, peka dan mampu memahami kebutuhan dasar pasien (McLeod S, 2018), menjadi fasilitator dan memberikan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan klien dalam praktik dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan kesehatan yang baik dan efektif akan membantu keluarga untuk menciptakan generasi yang sehat dan cerdas. Salah satunya adalah edukasi tentang menyusui.

Kebijakan global sangat mendukung upaya promosi pemberian ASI (UNICEF, 2018). Proses menyusui seringkali dianggap sebagai kendala yang menyebabkan terhambat atau bahkan tidak memungkinkan (Nuzrina R et al., 2016). Sistem dukungan yang dibutuhkan ibu sangat penting dalam proses adaptasi ibu selama masa nifas, karena masa ini merupakan masa kritis bagi ibu untuk merasa bahagia dan stres untuk menyesuaikan diri setelah melahirkan. Adaptasi meliputi penyesuaian terhadap interaksi dengan bayi. Salah satu masalah yang terjadi pada masa nifas adalah kegagalan ibu untuk memberikan ASI eksklusif. Keberhasilan dalam memberikan ASI eksklusif memerlukan kerjasama antara perawat, keluarga dan masyarakat untuk membantu ibu beradaptasi dengan bayinya (Dwi Rahayu, 2017).

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

d. Metode

Studi ini menggunakan pendekatan bagi ibu yang memiliki anak usia 0-6 bulan di Kabupaten Pringsewu. Pendampingan berfokus Pendidikan tentang ASI Eksklusif: Berikan informasi mengenai pentingnya ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi, termasuk manfaat nutrisi dan kesehatan bagi ibu dan bayi.


Teknik Menyusui yang Benar: Ajarkan cara menyusui yang benar, termasuk posisi dan pelekatan bayi yang tepat untuk mencegah nyeri pada puting dan memastikan bayi mendapatkan ASI yang cukup. Membangun Kepercayaan Diri: Berikan dukungan emosional kepada ibu agar merasa percaya diri dalam menyusui. Ini dapat dilakukan dengan memberikan pujian dan dorongan saat ibu berhasil menyusui. Mengatasi rasa cemas: bantu ibu mengatasi kekhawatiran atau kecemasan tentang produksi ASI atau kemampuan menyusui dengan memberikan informasi yang menenangkan dan solusi praktis. Memastikan posisi menyusui yang nyaman: Bantu ibu menemukan posisi menyusui yang nyaman, seperti posisi *cradle hold* atau *football hold*, untuk mengurangi ketidaknyamanan saat menyusui. Pastikan ibu memiliki bantal atau penyangga yang memadai. Lingkungan yang mendukung: ciptakan lingkungan yang tenang dan nyaman untuk menyusui, termasuk pengaturan suhu ruangan dan minimalkan gangguan. Kegiatan ini dilaksanakan dikarenakan sampai saat ini belum ada tenaga Kesehatan ataupun kader yang benar-benar mendampingi ibu saat menyusui. Mereka masih berfokus kepada Posyandu balita Ini sangat penting dibentuk karena akan membantu bidan dan perawat dalam pendampingan ibu menyusui sampai usia bayi 6 bulan dan untuk mencapai keberhasilan asi eksklusif.

Kegiatan yang dilaksanakan berupa pendampingan secara langsung ke rumah ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan. Metode yang digunakan juga adalah mengisi lembar cek lis observasi pendampingan. Kegiatan pengabdian ini meliputi tahapan:

- a. Tahap persiapan
 - 1) Melakukan koordinasi dengan kepala puskesmas
 - 2) Melakukan koordinasi dengan pemegang program
 - 3) Pemegang program menunjuk kader menyusui yang telah dilatih untuk di dapat melakukan pendampingan kepada ibu menyusui
- b. Tahap pelaksanaan
 - 1) Pendampingan di laksanakan di wilayah kerja puskesmas rejo sari
 - 2) Kader atau bidan akan melakukan home visit satu kali dalam seminggu dan mencatat serta mengarahkan terkait menyusui
- c. Tahap akhir

Akhir kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ditutup dengan evaluasi keberhasilan pendampingan

e. Hasil dan Pembahasan

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

Hasil dari pengabdian pendampingan menyusui eksklusif pada ibu post partum yang memiliki bayi 0-6 bulan telah dilaksanakan dan dari 126 ibu yang mendapat pendampingan, 115 ibu yang berhasil memberikan asi secara eksklusif. Sedangkan sisanya 21 ibu tidak berhasil karena beberapa faktor. Menyusui adalah peristiwa yang sangat penting bagi ibu, setiap ibu dapat menghasilkan asi, tergantung bagaimana usaha yang dilakukan agar asi dapat diberikan secara maksimal selama 6 bulan dan bahkan sampai dengan 2 tahun. Kualitas asi berbeda dengan susu formula, namun kadang masih banyak ibu yang kurang memahami hal ini sehingga kadang bayi mereka masih mendapatkan asi ditambah susu formula. Dampak yang diakibatkan dari konsumsi makanan selain asi salah satunya adalah diare. Masalah ini kadang tidak disadari oleh ibu. Wanita mungkin menjadi lebih rentan terhadap rangsangan stres, memodifikasi ambang kecemasan mereka. Setelah kehamilan, perubahan tubuh dan hormonal, bersama dengan perawatan dirinya sendiri, tantangan menyusui dan merawat bayi baru lahir, perubahan siklus tidur, atau bahkan kurangnya dukungan sosial-instrumental, dapat meningkatkan konflik kehidupan kerja, predisposisi untuk berisiko lebih tinggi mengganggu keseimbangan emosional ibu. Di antara kemungkinan perubahan psiko-emosional yang terkait dengan kehamilan dan menyusui adalah stres dan depresi. Selain itu, menyusui merupakan periode yang rentan untuk beralih dari optimisme ke pesimisme, dan sebaliknya (Gila-Díaz et al., 2021).

Dukungan sosial menjadi salah satu upaya dalam membantu menurunkan kasus stunting. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu strategi untuk melaksanakan program promosi kesehatan dan pencegahan penyakit. Pendidikan kesehatan memberikan pengalaman belajar tentang topik kesehatan. Strategi pendidikan kesehatan disesuaikan untuk populasi sasaran mereka. Pendidikan kesehatan menyajikan informasi kepada populasi sasaran tentang topik kesehatan tertentu, termasuk manfaat/ancaman kesehatan yang mereka hadapi, dan menyediakan alat untuk membangun kapasitas dan mendukung perubahan perilaku dalam pengaturan yang sesuai (Rural Health Information, 2021)

f. Kesimpulan

Hasil pendampingan menyusui untuk mencapai ASI eksklusif menunjukkan dampak positif yang signifikan terhadap ibu dan bayi. Berikut adalah kesimpulan dari hasil pendampingan tersebut:

1. Peningkatan Pengetahuan: Pendampingan yang dilakukan melalui edukasi manajemen laktasi dan gizi seimbang berhasil meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pentingnya ASI eksklusif. Sebagian besar ibu yang terlibat dalam program pendampingan menunjukkan pemahaman yang lebih baik tentang cara menyusui yang benar dan manfaat ASI bagi kesehatan bayi.
2. Dukungan Keluarga: Keterlibatan keluarga, terutama suami, terbukti menjadi faktor kunci dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Dukungan emosional dan praktis dari anggota keluarga membantu meningkatkan

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
FORMULIR SPMI		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

kepercayaan diri ibu, sehingga mereka lebih termotivasi untuk menyusui secara eksklusif.

3. Peningkatan Persentase Pemberian ASI Eksklusif: Data menunjukkan bahwa ada peningkatan jumlah ibu yang memberikan ASI eksklusif setelah mendapatkan pendampingan. Meskipun target nasional adalah 80%, angka yang dicapai meningkat dari 66% menjadi lebih tinggi setelah program pendampingan.
4. Pengurangan Masalah Menyusui: Dengan adanya pendampingan, banyak masalah umum yang dihadapi oleh ibu menyusui, seperti puting lecet atau kekhawatiran tentang produksi ASI, dapat diatasi dengan baik. Ini berkontribusi pada kelancaran proses menyusui.
5. Antusiasme Ibu: Ibu menunjukkan antusiasme yang tinggi terhadap program pendampingan, dengan banyak yang aktif berpartisipasi dalam sesi tanya jawab dan diskusi mengenai tantangan yang mereka hadapi selama menyusui

g. Daftar Pustaka

- GILA-DÍAZ, A., HERRANZ CARRILLO, G., ARRIBAS, S. M. & RAMIRO-CORTIJO, D. 2021. Healthy Habits and Emotional Balance in Women during the Postpartum Period: Differences between Term and Preterm Delivery. *Children (Basel)*, 8.
- REGIONAL SECRETARY PRINGSEWU DISTRICT 2021. Pringsewu Targetkan Stunting Turun 3,5%. *In: GOVERNMENT, P. D. (ed.)*. Pringsewu: Pringsewu district communication and information office.
- RURAL HEALTH INFORMATION 2021. Health Education. *In: (HHS), D. O. H. A. H. S. (ed.)*. US Government: Rural Health Information Hub.
- THE MINISTRY OF HEALTH OF INDONESIA 2015. Coverage Exclusive Breastfeeding. *In: RI, K. K. (ed.)*. Jakarta Balitbangkes

h. Dokumentasi



	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

Gambar 1. Pendampingan menyusui oleh kader

3. Publikasi PkM

Jenis Publikasi	Nama Jurnal	Link
Poster		HKI. EC00202446092