

**LAPORAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**“PENDAMPINGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA IBU BEKERJA DI
PMB SITI NURUL AINI, AMD. KEB SURABAYA”**

OLEH

Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes	0727128204
Fulatul Anifah, S.ST., M.Keb	0729118905
Siti Nurul Aini, Amd. Keb	-
Ayu Fatmawati	20181664005
Indah Mawar Sari	20181664006
Maghfirotul Anisa Fitri	20181664018
Shellya Dwi Fanny	20181664019

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2019

**HALAMAN PENGESAHAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PkM)**

1. Judul Pengabdian : Pendampingan pemberian Asi eksklusif pada ibu bekerja di PMB Siti Nurul Aini, Amd. Keb Surabaya
2. Skema : Pengabdian kepada Masyarakat
3. Jumlah Dana : Rp. 10.000.000,00
4. Ketua Pengabdian
 - a. Nama : Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes
 - b. NIDN : 0727128204
 - c. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli
 - d. Program Studi : S1 Kebidanan
 - e. Nomor HP : 081332343531
 - f. Alamat Email : umima_rifah20@yahoo.com
5. Anggota Pengabdian 1
 - a. Nama Lengkap : Fulatul Anifah, S.ST., M.Keb
 - b. NIDN : 0729118905
 - c. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Surabaya
6. Anggota Pengabdian 2
 - a. Nama Lengkap : Siti Nurul Aini, Amd. Keb
 - b. Instansi : PMB
7. Anggota Pengabdian 3
 - a. Nama Lengkap : Ayu Fatmawati
 - b. NIM : 20181664005
8. Anggota Pengabdian 4
 - a. Nama Lengkap : Indah Mawar Sari
 - b. NIM : 20181664006
9. Anggota Pengabdian 5
 - a. Nama Mahasiswa : Maghfirotul Anisa Fitri
 - b. NIM : 20181664018
10. Anggota Pengabdian 6
 - a. Nama Mahasiswa : Shellya Dwi Fannya
 - b. NIM : 20181664019

Surabaya, 16 Desember 2019

Mengetahui
Dekan

Dr. Mundakir, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0023037401

Ketua

Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes
NIDN. 0727128204

Menyetujui,
Ketua LPPM

Dr. Dra. Sujnah, M.Pd
NIDN. 0730016501

DAFTAR ISI

Cover	1
Lembar Pengesahan.....	2
Daftar Isi.....	3
Ringkasan	5
BAB 1 PENDAHULUAN	6
BAB 2 TARGET DAN LUARAN.....	12
BAB 3 METODE PELAKSANAAN	13
BAB 4 HASIL YANG DICAPAI.....	15
BAB 5 BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN	16
5.1 Biaya Kegiatan	17
5.2 Jadwal Kegiatan.....	18
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN.....	19
6.1 Kesimpulan.....	20
6.2 Saran	21
Daftar Pustaka.....	23
Dokumentasi.....	24
Lampiran Biodata Ketua Pengabdian	25
Lampiran Surat Tugas	26
Lampiran Surat Perjanjian Penugasan.....	27

RINGKASAN

Pendampingan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu bekerja di PMB Siti Nurul Aini, Amd. Keb Surabaya

Menyusui ialah suatu proses terpenting dalam memberikan asupan nutrisi terbaik di masa awal pertumbuhan dan perkembangan bayi. Dan proses ini tentunya tidak bisa terlewat oleh seorang ibu. Namun yang disayangkan belum semua ibu dapat mengoptimalkan prosesnya untuk menjaga kualitas dan kuantitas ASI nya agar ibu dapat memberikan ASI secara Eksklusif khususnya pada ibu pekerja.

Pemberian ASI pada Ibu yang bekerja terhambat dengan waktu menyusui, karena intensitas pertemuan Ibu dan Bayi berkurang. Dalam pemberian ASI Eksklusif seorang ibu tentunya perlu berlatih dan memiliki persiapan yang matang.

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif menunjukkan hasil yang cenderung baik dengan diadakannya penyuluhan kesehatan. Hal ini menunjukkan masih diperlukan usaha untuk meningkatkan pengetahuan yang lebih mendalam lagi kepada ibu terkait manfaat pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan tanpa menambahkan dan menggantinya dengan makanan ataupun minuman lainnya selain ASI kecuali vitamin dan obat yang tujuannya adalah agar bayi dapat mempunyai daya tahan tubuh yang baik dan menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi, memenuhi energi dan nutrisi kebutuhan bayi, mendukung perkembangan otak yang sehat, serta bayi mendapatkan makanan yang alami, praktis dan higienis. Dengan adanya kegiatan ini diharapkan masyarakat dapat meningkatkan pengetahuannya mengenai pemberian ASI Eksklusif terutama untuk ibu pekerja, membangun persepsi akan pentingnya ASI Eksklusif, dan memberdayakan masyarakat untuk mendukung ASI Eksklusif, serta meningkatkan perilaku dalam pemberian ASI Eksklusif.

Kata Kunci: Menyusui, ASI Eksklusif, Ibu Pekerja.

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menyusui bayi atau Pemberian ASI (Air Susu Ibu) dilakukan oleh semua masyarakat diseluruh dunia, karena memiliki banyak manfaat yang didapatkan dari pemberian ASI Eksklusif. Pemberian ASI Eksklusif ialah cara pemberian makanan yang sangat tepat dan suatu kesempatan yang terbaik bagi kelangsungan hidup bayi di usia 6 bulan, dan hingga melanjutkan pemberian ASI sampai dengan umur 2 tahun (Harnowo, 2012).

Asi Eksklusif ialah suatu makanan utama, pertama, dan terbaik untuk bayi yang bersifat alamiah. Kandungan dari ASI terdapat berbagai zat gizi yang dibutuhkan dalam proses pertumbuhan serta perkembangan bayi (Prasetyono, 2009). Khasiat yang didapatkan dari ASI pun begitu besar seperti ASI dapat menurunkan risiko bayi dalam mengidap berbagai penyakit. Saat bayi sakit akan lebih cepat sembuh apabila bayi diberikan ASI. ASI juga dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan anak. Hasil penelitian Nurheti (2010) dalam (Meiranny, 2017) , bahwa anak-anak yang tidak diberi ASI ia mempunyai Intellectual Quotient (IQ) lebih rendah 7-8 poin dibandingkan dengan anak-anak yang diberikan ASI secara Eksklusif. Hal tersebut terjadi karena didalam ASI terdapat nutrien yang diperlukan untuk pertumbuhan otak bayi yang tidak ada ataupun ada namun sedikit sekali pada sisi sapi, antara lain: Taurin, Laktosa, DHA, AA, Omega-3, dan Omega-6. Namun meskipun ASI dan menyusui sangat bermanfaat hal ini belum telaksana sepenuhnya. Dan diperkirakan 85% ibu-ibu didunia tidak memberikan ASI ecara optimal.

Hasil penelitian *United Nation Child's Fund (UNICEF)* dari tahun 2005 hingga di tahun 2011 didapatkan hasil bahwa bayi Indonesia yang mendapat ASI Eksklusif selama 6 bulan pertama ialah sebanyak 32% dan didapati 50% anak dibarikan ASI Eksklusif sehingga usia 23 bulan. Namun presentase ini masih rendah jika dibandingkan dengan negara berkembang lainnya seperti Bangladesh didapati 43% anak diberikan asi eksklusif selama 6 bulan dan 91% anak mendapat ASI sehingga usia 23 bulan (WHO/UNICEF, 2011).

Terdapat beberapa penyebab dari rendahnya peberian ASI Eksklusif yakni salah satunya ibu bekerja yang masa cuti nya telah habis dan ia menyerahkan pengasuhan bayinya pada pengasuh yang mana keduanya belum mengetahui cara memberikan ASI

Eksklusif. Berdasarkan data dari Riskesdas 2018 mengenai proporsi pola pemberian ASI bayi 0-5 bulan di Indonesia sebanyak 37% bayi mendapat ASI Eksklusif, sedangkan capaian ASI Eksklusif di Jawa Timur sebanyak 40%, angka ini masih jauh dari target yang ditetapkan oleh Kemenkes RI yaitu 80 %, sehingga perlu dilakukan upaya agar dapat meningkatkan cakupan ASI eksklusif. Menyusui adalah hak setiap ibu tidak terkecuali ibu yang bekerja. Prosentase penduduk perempuan yang berumur 15 tahun ke atas yang bekerja sebanyak 48,12%. Lebih dari separuh pekerja perempuan bekerja pada sektor informal khususnya pada sektor perdagangan dan pertanian (Kementrian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, 2018).

Pekerja wanita dituntut untuk meningkatkan kemampuan dan kapasitas kerjanya secara maksimal, tanpa mengabaikan kodrat dirinya sebagai wanita. Sesuai dengan kodratnya, pekerja wanita akan mengalami haid, kehamilan, melahirkan dan menyusui. Pada ibu yang bekerja, singkatnya masa cuti hamil/melahirkan mengakibatkan sebelum masa pemberian ASI eksklusif berakhir sudah harus kembali bekerja. Oleh karena itu satu yang perlu mendapat perhatian adalah bagaimana ibu yang bekerja dapat tetap memberikan ASI kepada bayinya secara eksklusif sampai 6 bulan dilanjutkan menyusui sampai 2 tahun sesuai dengan aturan Kepmenkes RI No. 450/MENKES/IV/2004 tentang pemberian ASI secara eksklusif pada bayi Indonesia (Pusat Kesehatan Kerja Depkes RI, 2011).

Peran tenaga medis disini sangat penting dan juga dibutuhkan oleh masyarakat dalam tindakan pemberian ASI secara tepat untuk mencegah terjadinya masalah menyusui, selain itu tindakan ini juga penting untuk meningkatkan komunikasi interpersonal pada pekerja wanita, sehingga ibu akan tahu, mengerti, paham, dan dapat melaksanakan atau mengaplikasikan dengan pemberian ASI dengan benar. Penyebab dari rendahnya pengetahuan dan praktik pemberian ASI Eksklusif ini disebabkan karena ibu belum pernah mendapatkan penyuluhan mengenai ASI Eksklusif dan cara pemberiannya kepada bayi tanpa bayi harus menyusu dengan langsung.

1.2 Tujuan

Memberikan edukasi untuk membantu mengatasi masalah kurangnya pengetahuan ibu bekerja dalam memberikan ASI Eksklusif secara optimal.

1.3 Manfaat

1. Untuk meningkatkan keberhasilan pemberian ASI Eksklusif pada ibu pekerja.
2. Untuk menambah wawasan dan pengetahuan masyarakat mengenai pemberian ASI Eksklusif secara optimal.

1.4 Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan pada pengabdian ini ialah ibu menyusui di Lingkungan wilayah Kerja PMB Siti Nurul Aini, Amd. Keb Surabaya

1.5 Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Tempat pelaksanaan kegiatan ini dilakukan di wilayah kerja PMB Siti Nurul Aini, Amd. Keb. Waktu pelaksanaan kegiatan ini dimulai pada bulan Oktober 2019.

1.6 Solusi yang Ditawarkan

Solusi yang dapat ditawarkan dari permasalahan tersebut ialah dengan pemberian penyuluhan terhadap masyarakat, khususnya pada ibu yang berkerja. Walaupun ibu bekerja dan dengan tempat kerja yang jauh dari rumah, ataupun di tempat kerja tidak bisa membawa anak, ibu tetap dapat memberikan ASI kepada bayinya tanpa menyusuinya secara langsung. Disaat ibu masih dalam masa cuti melahirkan, sebaiknya dapat memberikan ASI secara eksklusif dan sesering mungkin. Kemudian seminggu sebelum mulai bekerja hendaknya Bayi sudah mulai dilatih dengan memberi ASI melalui cangkir atau sendok

Disaat bayi telah lahir dengan segera, ibu selama cuti melahirkan sudah harus belajar bagaimana cara pemerah ASI atau memompa ASI. Dan Ibu bisa mulai menyimpan asi yang telah diperah di dalam freezer. Penyimpanan ASI di dalam freezer di dalam lemari es 1 pintu, ASI dapat tahan selama 2 bulan, sedangkan dalam freezer di lemari es 2 pintu (pintu freezer terpisah) ASI tahan selama 3-4 bulan. Jangan khawatir dengan tempat untuk penyimpanan ASI nya karena pilihan tempat menyimpan ASI saat ini sudah banyak ragamnya, ada yg plastik polietylen dan ada juga botol kaca.

Saat ibu telah mulai kembali bekerja, ASI perah yang sudah disimpan di freezer sebelumnya bisa digunakan, dengan cara sehari sebelumnya ASI sudah dicairkan dari

lemari es. Saat mencair, ASI perah dapat dihangatkan dengan menggunakan alat penghangat ASI atau bisa dengan direndam dengan air hangat sebelum diberikan pada bayi. Selain itu, ibu bisa juga memberikan ASI perah yang baru. ASI dapat tahan selama 4-8 jam pada suhu 9-25 °C. Sedangkan ASI yang disimpan di dalam lemari es pada suhu 0-4 °C akan tahan selama 1-2 hari. Jika sudah masuk lemari es, sebaiknya dihangatkan menggunakan alat penghangat ASI (bottle warmer).

Saat pemberian Air Susu Ibu Perah (ASIP) sebaiknya ASI tidak dimasak karena panas akan merusak kandungan anti infeksi yang terdapat dalam ASI. Ketika ibu bekerja, ibu dapat pemerah ASI setiap 3 jam atau 2-3 kali. Pemerahan ASI dilakukan untuk mengosongkan payudara sehingga ibu merasa nyaman dan mengurangi ASI menetes. ASI dapat disimpan di lemari es di tempat kerja, dan dibawa pulang dengan tas ASIP (terdapat ice gel di dalamnya, sehingga ASI dalam keadaan dingin hingga sampai di rumah). Saat sampai di rumah ibu dapat menyusui kembali bayi dilanjutkan pada malam hari dan pagi hari sebelum ibu berangkat bekerja. Keadaan ini akan membantu produksi ASI tetap tinggi.

Tentunya Ibu harus dapat mengatur waktu untuk pemberian ASI secara langsung bagi bayinya, dengan tiap pagi hari sebelum bekerja, malam hari setelah bekerja, dan pada hari-hari libur. Karena hal ini tentunya dapat membantu produksi ASI agar tetap lancar. Dan ketika dikantor atau tempat kerja ibu dapat mengatur waktu tertentu untuk pemerah ASI dan menyimpannya dengan tepat. Pastikan juga bahwa ibu tetap beristirahat dengan cukup, mengkonsumsi makanan bergizi untuk menjaga kuantitas dan kualitas dari ASI.

BAB 2. TARGET DAN LUARAN

Program Pengabdian Masyarakat ini sasarannya ialah ibu nifas atau ibu menyusui di lingkungan wilayah kerja PMB Siti Nurul Aini, Amd.Keb Surabaya. Jenis permasalahan yang ditangani dalam program pengabdian ini meliputi pendampingan terhadap ibu pekerja yang menyesuaikan agar dapat memberikan ASI secara Eksklusif.

Adapun perubahan target dan luaran pasca pengabdian adalah sebagai berikut :

No	Target	Luaran
1.	Pendampingan dalam pemberian ASI Eksklusif pada	Ibu pekerja dapat memperoleh informasi mengenai pemberian ASI

	Ibu bekerja di PMB Siti Nurul Aini, Amd. Keb Surabaya	eksklusif, dan ibu dapat memberikan ASI secara optimal.
2.	Publikasi	Jurnal Nasional

BAB 3. METODE PELAKSANAAN

3.1 Persiapan

Pendekatan yang dilakukan metode partisipatif dengan melakukan pendekatan terhadap tokoh masyarakat setempat untuk mendapat perizinan dan dukungan dalam mengerakkan wanita yang sedang dalam keadaan masa nifas atau menyusui.

3.2 Perencanaan kegiatan dan langkah-langkah kegiatan → Masuk Persiapan

- 1) Melakukan pendekatan dan minta izin dan pendekatan kepada PBM tempat pengabdian
- 2) Melakukan pendekatan kepada masyarakat terutama pada ibu yang sedang mengalami masa nifas, setelah persalinan
- 3) Menyiapkan tempat untuk melakukan penyuluhan tersebut agar ibu pada masa nifas lebih nyaman.
- 4) Pemberian penyuluhan mengenai ASI eksklusif.

3.3 Pelaksanaan

Kegiatan dilakukan pada tanggal 26 Oktober 2019 dengan cara kerjasama dengan masyarakat dalam melakukan pendampingan pemberian ASI eksklusif dalam kegiatan sebagai berikut:

1. Mendata berapa banyak ibu nifas dalam suatu masyarakat tersebut.
2. Mengumpulkan para ibu di tempat yang sudah kami sediakan.
3. Memberikan penyuluhan terkait ASI eksklusif
4. Mengetahui bagaimana keluhan yang dialami dengan cara mengisi kuisioner.
5. Dilakukan sesi tanya jawab mengenai materi yang di berikan

3.4 Evaluasi

Selama kegiatan penyuluhan tidak terjadi kendala, ibu – ibu juga antusias untuk mendengarkan penyuluhan mengenai ASI eksklusif agar ibu dapat memberika ASI eksklusif walaupun tetap bekerja.

BAB 5. HASIL YANG DICAPAI

Air susu ibu (ASI) eksklusif adalah pemberian ASI kepada bayi tanpa makanan dan minuman pendamping termasuk air jeruk, madu, air gula, yang dimulai sejak bayi baru lahir sampai dengan usia 6 bulan. Pemberian Air Susu Ibu (ASI) saja selama 6 bulan pertama dapat memberikan nutrisi terbaik bagi bayi. Hasil dari pendampingan adalah Berdasarkan hasil pendampingan didapatkan ibu yang bekerja sebagai pegawai honorer dan PNS, tidak memberikan ASI eksklusif karena tidak adanya dorongan yang kuat dan motivasi dari diri sendiri untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayi selama 6 bulan, ibu bekerja menganggap pekerjaan lebih utama daripada harus membuang waktu untuk memberikan ASI secara eksklusif, setelah dilakukan pendampingan betapa pentingnya asi eksklusif ibu memahami dan mulai meluangkan waktu untuk memberikan asi eksklusif. Selain itu hambatan lain yang ditemukan adalah pimpinan yang tidak mendukung pemberian ASI belum tersedia pojok ASI untuk memudahkan ibu dalam memberikan ASI kepada bayi atau untuk memudahkan ibu dalam memerah ASI. memilih memberikan ASI untuk mempertahankan produksi ASI. Disarankan pada wanita bekerja untuk memerah ASI setiap 3 sampai 4 jam sekali selama jam kerja, waktu kerja yang fleksibel merupakan salah satu jalan keluar dari masalah stress dalam menyeimbangkan antara pekerjaan dan pemberian ASI. Studi penelitian tentang keterikatan ibu di Yordania dapat membantu memperjelas salah satu peran menyusui dalam membentuk keterikatan ibu bekerja dengan pemberian ASI eksklusif, kaitannya langsung dengan hubungan antara ibu dan bayi. Beberapa ide menarik telah disinggung dalam studi saat ini yang mungkin cocok untuk eksplorasi yang lebih komprehensif. Selain itu hubungan ibu bekerja dan bayi dapat menjadi lahan subur untuk penelitian lebih lanjut. Penelitian yang dilakukan peneliti sejalan dengan penelitian ibu bekerja sering membuat tidak fokus dalam memberikan ASI eksklusif sehingga ibu menggantinya dengan susu formula ketika ibu sedang sibuk dengan pekerjaannya. Hal ini menunjukkan bahwa pekerjaan ibu sangat memberikan pengaruh yang cukup besar dengan pemberian ASI eksklusif. Penelitian ini menunjukkan sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh sebelumnya di Ethiopia telah menunjukkan bahwa menyusui hampir universal, tetapi proporsi bayi yang disusui secara eksklusif hingga usia 6 bulan

kurang dari tingkat yang direkomendasikan. Konsep keterikatan ibu dan bayi dapat menjadi indikator seberapa sukses kesehatan dalam negara tersebut.

Hasil yang dapat dicapai dalam kegiatan pengabdian mengenai pemberian ASI Eksklusif pada Ibu bekerja di PMB Siti Nurul Aini, Amd. Keb Surabaya, Kami berharap setelah penyuluhan ini ibu mengetahui informasi mengenai pemberian ASI, dan kami berharap juga agar psikologi pada ibu nifas tetap stabil.

BAB 5. SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Asi Eksklusif ialah suatu makanan utama, pertama, dan terbaik untuk bayi yang bersifat alamiah. Kandungan dari ASI terdapat berbagai zat gizi yang dibutuhkan dalam proses pertumbuhan serta perkembangan bayi. Pemberian ASI Eksklusif ialah cara pemberian makanan yang sangat tepat dan suatu kesempatan yang terbaik bagi kelangsungan hidup bayi di usia 6 bulan, dan hingga melanjutkan pemberian ASI sampai dengan umur 2 tahun. Salah satu penyebab dari rendahnya pemberian ASI Eksklusif adalah ibu bekerja. Oleh karena itu satu yang perlu mendapat perhatian adalah bagaimana ibu yang bekerja dapat tetap memberikan ASI kepada bayinya secara eksklusif sampai 6 bulan dilanjutkan menyusui sampai 2 tahun

Saran

Bagi tenaga kesehatan hendaknya lebih lagi melakukan kegiatan dalam penyuluhan dan pendampingan mengenai pemberian ASI Eksklusif terutama pada ibu pekerja. Dan juga diharapkan dengan dukungan dari keluarga agar sang ibu tersupport dalam melakukan pemberian ASI Eksklusif minimal enam bulan.

BAB 6 BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN

6.1 Biaya Kegiatan

Ringkasan anggaran biaya untuk pelaksanaan kegiatan ini seperti berikut.

No	Item	Satuan	Harga	Jumlah
A. Bahan Habis Pakai dan Peralatan				
1	Kertas A4 80 gram	2 Rim	Rp 57,000.00	Rp 114,000.00
2	Tinta Warna (Epson)	1 Pcs	Rp 76,000.00	Rp 84,000.00
3	Tinta Hitam (Epson)	1 Pcs	Rp 78,000.00	Rp 78,000.00
4	Cetak Banner	1 Pcs	Rp 72,000.00	Rp 72,000.00
5	Cetak Leaflet	70 Pcs	Rp 2,500.00	Rp 175,000.00
6	Alat Tulis Kantor	2 Pack	Rp 35,000.00	Rp 70,000.00
7	Map	60 Pcs	Rp 3,000.00	Rp 180,000.00
8	Pembuatan Proposal dan Laporan	4 Set	Rp 50,000.00	Rp 200,000.00
9	Sertifikat	4 Pcs	Rp 10,000.00	Rp 40,000.00
Sub Total A				Rp 1,013,000.00
B. Perjalanan				
1	Bidan	2 Orang 3 Kali	Rp 100,000.00	Rp 600,000.00
2	Kader	3 Orang 3 Kali	Rp 80,000.00	Rp 720,000.00
3	Ketua	1 Orang 5 Kali	Rp 100,000.00	Rp 500,000.00
4	Anggota	2 Orang 5 Kali	Rp 100,000.00	Rp 1,000,000.00
5	Peserta	60 Orang 1 Kali	Rp 12,000.00	Rp 720,000.00
Sub Total B				Rp 3,540,000.00
C. Cinderamata				
1	Bidan	2 Orang 1 Kali	Rp 120,000.00	Rp 240,000.00
2	Kader	2 Orang 1 Kali	Rp 100,000.00	Rp 200,000.00
3	Ibu (peserta)	60 Orang 1 Kali	Rp 25,000.00	Rp 1,500,000.00
Sub Total C				Rp 1,940,000.00
D. Honorarium				
1	Ketua	1 Orang 3 Kali	Rp 120,000.00	Rp 360,000.00
2	Anggota	2 Orang 3 Kali	Rp 85,000.00	Rp 510,000.00
3	Pembantu Teknis/Lapangan	3 Orang 3 Kali	Rp 35,000.00	Rp 315,000.00
Sub Total D				Rp 1,185,000.00

E. Konsumsi					
1	Makan Peserta	60 Orang	1 Kali	Rp 12,000.00	Rp 720,000.00
2	Makanan Panitia	10 Orang	3 Kali	Rp 18,000.00	Rp 540,000.00
3	Air Mineral		4 Pck	Rp 33,000.00	Rp 132,000.00
4	Snack	60 Orang	1 Kali	Rp 6,000.00	Rp 480,000.00
5	Konsumsi Rapat	10 Orang	3 Kali	Rp 15,000.00	Rp 450,000.00
Sub Total E					Rp 2,322,000.00
Jumlah Total A, B, C, D dan E					Rp10,000,000.00

6.2 Jadwal Kegiatan

No	Urutan Kegiatan	Koordinasi Kegiatan											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.	Koordinasi kegiatan												
2.	Penyusunan proposal												
3.	Kontrak/penugasan												
4.	Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat												
5.	Monitoring dan evaluasi pengabdian kepada masyarakat												
6.	Laporan hasil pengabdian masyarakat												
7.	Penyusunan laporan akhir												
8.	Evaluasi kegiatan												

DAFTAR PUSTAKA

- Harnowo. (2012). *Hanya 33,6% Bayi di Indonesia yang Dapat ASI Eksklusif*.
- Kementrian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (2018). *Profil Perempuan Indonesia 2018*.
- Meiranny, A. (2017). Pendidikan Kesehatan Pada Ibu Bekerja Tentang ASI Eksklusif dan Pendampingan Pemberian ASI di RW V Kelurahan Kalipancur Kecamatan Ngaliyan. *Prosiding Seminar Nasional Publikasi Hasil-Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 474-478.
- Prasetyono. (2009). *Buku Pintar ASI Eksklusif*. Yogyakarta: DIVA Press.
- Pusat Kesehatan Kerja Depkes RI. (2011). *Kebijakan Departemen Kesehatan Tentang Peningkatan Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Pekerja Wanita*.
- WHO/UNICEF. (2011). *Panduan Pelatihan Konseling Menyusui Modul 40 Jam*.

DOKUMENTASI



Lampiran Biodata

BIODATA KETUA

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes
2	Jabatan Fungsional	-
3	Jabatan Struktural	-
4	NIK	-
5	NIDN	0727128204
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Bojonegoro/27-12-1982
7	Alamat Rumah	Jl. Bulak Setro 3/73, RT.002 RW.005, Kel. Bulak, Kec. Bulak Surabaya
8	Nomor Telepon/Faks/HP	081332343531
9	Alamat Kantor	Jl. Sutorejo no 59
10	Nomor Telepon/Faks	-
11	Alamat e-mail	umiumsurasabaya@gmail.com
12	Mata Kuliah yang Diampu	1. Komunikasi Efektif Dalam Praktik Kebidanan 2. Asuhan kebidanan Persalinan dan BBL 3. Asuhan Kebidanan pada Nifas 4. Asuhan Kebidanan Kehamilan

B. Riwayat Pendidikan

Jenjang Pendidikan	Nama Perguruan Tinggi	Bidang Ilmu	Tahun lulus
D3	Poltekkes Surabaya	Kebidanan	2004
D4/S1	Stikes Insan Unggul Surabaya	Kebidanan	2006
S2	Universitas Sebelas Maret	Pendidikan Profesi Kesehatan	2010

C. Pelatihan atau workshop yang diikuti dalam 3 tahun terakhir

Jenis Kegiatan	Tempat	Waktu	Sebagai	
			Penyaji	Peserta
Workshop Early Warning Score & Code Blue System “Aktivasi Sistem Emergency & Penatalaksanaan Code Blue di Rumah Sakit Sesuai Standar Akreditasi SNARS Edisi I”	Surabaya	23 Februari 2019		√
Pelatihan Basic Clinical Hypnosis & Hypno-Birthing	Hotel Haris Surabaya	22-24 Maret 2019		√
Seminar “Bidan Melindungi Hak Kesehatan Reproduksi Melalui Pemberdayaan Perempuan dan Optimalisasi Pelayanan Kebidanan (Midwives : Defenders of Women’s Rights)	Surabaya	25 Agustus 2019		√
Seminar Nasional” Strategi Komunikasi Interpersonal Dalam Peningkatan Asuhan Kebidanan di Era Industri 4.0”	Hotel Garden Palace Surabaya	19 Oktober 2019		√
Rapat Kerja Nasional Asosiasi Institusi Pendidikan Kebidanan Muhammadiyah ‘Asiyiyah (AIPKEMA) dengan Tema “Isu Bidan Sebagai Profesi”	Hotel Golden Palace Mataram	3-5 Maret 2020		√
Seminar Online Pengabdian Masyarakat “Pemberdayaan Masyarakat di Perguruan Tinggi di Era Covid-19”	Daring	5 Mei 2020		√
Webinar “Peran Bidan dalam Mendorong Penggunaan ASI di Masa Pandemi Covid-19”	Daring	15 Mei 2020		√
Webinar Series HOGSI Malang dengan Topik “Pelayanan Kesehatan Maternal di Era Pandemi Covid-19”	HOGSI Malang	02-16 Mei 2020		√
Rangkaian Webinar Series “Ketahanan Kesehatan Maternal di Era Pandemi Covid-19”	Daring	05-19 Juni 2020		√
Webinar Kebidanan Dengan Tema” Be a Successful Midwifepreneur in the New Normal Era”	UMSurabaya	04 Oktober 2020	√	
Webinar Nasional “Tantangan Bidan dalam Pelayanan Kebidanan di Masa Pandemi Covid-19 ditinjau dari Segi Hukum Kesehatan di Indonesia”	Daring	20 Februari 2021		√
Workshop Online Klinik Akreditasi LAM-PTKes 2021	LAM-PTKes	15-16 Maret 2021		√
Workshop Online Klinik Aakreditasi LAM-PTKes 2021	Daring	23 Maret 2021		√
Rapat Kerja Nasional AIPKEMA “Mempertahankan Kualitas Pendidikan Bidan di Masa Pandemi Covid-19”	Daring	6 – 7 April 2021		√
Webinar “Komitmen Bersama Mencegah Kematian Maternal”	Daring	17 April 2021		√
Tadarus Ramadhan “Towards Academic Excellence” Seri I	Daring	23 April 2021		√

Webinar “Dinamika Etika Profesi di Era Digital”	Daring	24 April 2021		√
Webinar nasional “Strategi Perguruan Tinggi Menghadapi Kuliah Tatap Muka Terbatas”	Daring	27 April 2021		√
Webinar “Stunting, Pola Pengasuhan Bidan, Nutrisi & Stimulasi pada Saat Pandemi”	Daring	10 Juli 2021		√
Webinar “Peran Organisasi IBI dalam Optimalisasi Pelayanan KIA”	Daring	11 Juli 2021		√
Bimtek Penguatan SPMI dan SPME dalam rangka Akreditasi Prodi IAPS 4.0	Daring	13 – 15 Juli 2021		√

D. Pengalaman Penelitian Dalam 3 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp)
1.	2016	Efektifitas pijat bayi teknik kunci dan senam bayi terhadap peningkatan nafsu makan bayi usia 6-12 bulan di Puskesmas Kenjeran Surabaya	Mandiri	-
2.	2017	Efektifitas Pijat Perineum Dalam Mencegah Terjadinya Laserasi Perineum dan Epsiotomi Pada Persalinan Normal di PMB Sri Wahyuni Surabaya	Mandiri	-
3.	2017	Hubungan Antara Lama Menyusu dan Status Imunisasi dengan Kejadian Sakit dalam Satu Tahun Terakhir Pada Anak Usia 0-59 Bulan	Mandiri	-
4.	2018-2019	Pengaruh pelaksanaan massase ibu nifas terhadap kecemasan pada ibu nifas di RS Haji	Hibah Internal Universitas	Rp. 5.900.000
5.	2019-2020	Praktik pemberian ASI Eksklusif Pekerja Wanita di UMSurabaya	Hibah Internal Universitas	Rp. 7.800.000
6.	2020-2021	Gambaran pelaksanaan pijat oksitosin pada ibu menyusui	Hibah Internal Universitas	Rp. 7.000.000
7.	2021-2022	Hypnotherapy untuk mengurangi nyeri kala I	Hibah Internal Universitas	Rp. 6.700.000
8.	2021	Volunteer Program skrining dan Percepatan Vaksinasi Covid-19 pada Ibu Hamil di Surabaya	Mandiri	-

E. Pengalaman Pengabdian dalam 3 tahun terakhir

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp)
1.	2019	Pemberdayaan keluarga dengan massage untuk mengatasi masalah psikologi pada ibu nifas di PMB Atmi Marmiati, S.Keb., Bd Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000
2.	2019-2020	Pendampingan pemberian Asi eksklusif pada ibu bekerja di PMB Siti Nurul Aini, Amd. Keb Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000
3.	2020-2021	Pelatihan pijat oksitosin pada kader untuk mencegah mastitis Posyandu Flamboyan PKM Jagir Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 11.000.000
4.	2021-2022	Pendampingan pada ibu bersalin dengan Hypnoterapy untuk mengurangi nyeri persalinan kala 1 di RS PKU Muhammadiyah Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000
5.	2021	Pendampingan pada ibu bersalin dengan Hypnoterapy di RS Pku Muhammadiyah	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000

F. Publikasi Ilmiah dan HaKI dalam 3 tahun terakhir

No.	Nama Dosen/Mahasiswa/ Program Studi	Karya	
		HKI, Teknologi tepat guna, dan Model/desain/rekayasa	Karya yang Mendapat Pengakuan/Penghargaan dari Lembaga Nasional/Internasional
1	Umi Ma'rifah, Fulatul Anifah, Nova Elok. M, Irma Maya .P/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	No. HKI : 000353119	Program Komputer : Aplikasi V-MIL (Vaksinasi pada Ibu Hamil)
2	Umi Ma'rifah, Rachmawati Ika, Asta Adyani, Nova Elok M, Awwalul Wiladatil Q/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	Rena Cipta Mandiri ISBN: 978-623-5431-24-6	Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan BBL
3.	Umi Ma'rifah/ Nadia Zain, Nasab Aviva/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	No HKI : 000266306	Video Komunikasi Efektif Dalam Praktik Kebidanan Tentang Teknik Komunikasi Efektif Pada Ibu Dengan Mastitis

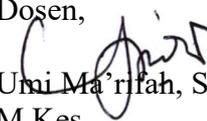
4.	Umi Ma'rifah/ Siti Aisyah, Syilvia Nabilla Isronin/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	No HKI : 000266305	Video Komunikasi Efektif Dalam Praktik Kebidanan Tentang Psikologis Ibu Nifas, Dan Laktasi.
5.	Umi Ma'rifah/ Syuhrotut Taufiqoh/ Awwalul Wiladatil Q./ Qur'ana Aprilia Djunaidi/ Putri Setia Wulandari/ Siti Aisyah / S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	No HKI : 000358378	Video Edukasi: YukCegah Stunting dengan Perbaikan PPS (Pola Gizi, Pola Asuh, dan Sanitasi)
6.	Umi Ma'rifah/ Syuhrotut Taufiqoh/ Awwalul Wiladatil Q./ Qur'ana Aprilia Djunaidi/ Putri Setia Wulandari/ Siti Aisyah / S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	No HKI : 000364051	Booklet Stunting : Cegah Stunting dengan Perbaikan PPS (Pola Gizi, Pola Asuh, dan Sanitasi)
7.	Umi Ma'rifah/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	Universitas Muhammadiyah Surabaya: Publishing ISBN: 978-623-6498-56-9	Buku Catatan Pengabdian
8.	Umi Ma'rifah, Rachmawati Ika, Asta Adyani, Nova Elok M, Awwalul Wiladatil Q/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	Rena Cipta Mandiri ISBN: 978-623-5431-24-6	Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan BBL
9.	Umi Ma'rifah, A'im Matun N, Syuhrotut Taufiqoh, Irma Maya P/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	Rena Cipta Mandiri ISBN: 978-623-5431-20-8	Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima resikoanya.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan usulan dosen pemula.

Surabaya, 20 Agustus 2019

Dosen,


Umi Ma'rifah, S.ST.,
M.Kes

