



Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

<https://journal.unwira.ac.id/index.php/BERBAKTI>

EDUKASI TENTANG ASI EKSKLUSIF SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PALIBELO KABUPATEN BIMA

Ilham¹, Syamdarniati², Fitri Romadonika^{3*}, Harlina Putri Rusiana⁴, Baiq Nurul Hidayati⁵,
Anna Layla Salfarina⁶, Rias Pratiwi Safitri⁷
^{1,2,3,4,5,6,7} STIKES Yarsi Mataram
e-mail: romadonika.fitri@gmail.com^{3*}

Dikirim: 15 Agustus 2023, Direvisi : 23 Agustus 2023, Diterima: 23 Agustus 2023

ABSTRAK

ASI Eksklusif merupakan sumber gizi yang ideal karena komposisinya seimbang secara alami dan sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan bayi, sehingga ASI eksklusif merupakan makanan yang paling sempurna bagi bayi kualitas dan kuantitasnya, di samping murah, mudah di peroleh dan juga pemberiannya bisa dilakukan setiap saat hari, makanan pertama yang terbaik dan paling sempurna untuk bayi. Namun pada kenyataannya masih banyak orang tua yang tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya di karenakan kurangnya pengetahuan ibu mengenai kandungan dari ASI dan sebagian besar ibu harus meninggalkan bayinya ketika sedang bekerja sehingga mereka tidak paham bagaimana cara pemberian ASI saat meninggalkan bayinya. pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan informasi kepada ibu menyusui mengenai kandungan ASI serta manfaatnya untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi dan bagaimana cara penyimpanan ASI perah (ASIP) bagi ibu-ibu yang bekerja. Metode yang di gunakan dalam kegiatan pengabdian berupa penyuluhan (sosialisasi). Setelah di lakukan edukasi pada ibu-ibu di dapatkan hasil bahwa yaitu peningkatan pengetahuan ibu-ibu menyusui terkait ASI eksklusif sehingga diharapkan cakupan pemberian ASI eksklusif berhasil sehingga tumbuh kembang bayi bisa optimal.

Kata kunci: Edukasi; ASI eksklusif; pengetahuan.

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding is an ideal source of nutrition because its composition is balanced naturally and in accordance with the growth and development of the baby, so that exclusive breast milk is the most perfect food for babies quality and quantity, in addition to being cheap, easy to obtain and also giving can be done at any time of the day, the best and most perfect first food for babies. But in fact there are still many parents who do not give exclusive breastfeeding to their babies because of the lack of knowledge of mothers about the womb of breast milk and most mothers have to leave their babies while working so they do not understand how to breastfeed when leaving their babies. This community service aims to provide information to breastfeeding mothers about the content of breast milk and its benefits for the growth and development of babies and how to store dairy milk (ASIP) for working mothers. The method used in service activities is in the form of counseling (socialization). After educating mothers, it was found that the increase in knowledge of breastfeeding mothers related to exclusive breastfeeding so that it is hoped that the coverage of exclusive breastfeeding is successful so that the baby's growth and development can be optimal.

Keywords: Education; exclusive breastfeeding; knowledge.



1. PENDAHULUAN

ASI mengandung kolostrum, yang berlimpah antibodi untuk resistensi dan agen pembunuh kuman, pemberian ASI eksklusif dapat menurunkan risiko kematian bayi baru lahir. Selain itu, ASI juga mengandung zat penyerap berupa enzim tersendiri yang tidak akan mengganggu enzim di usus (Kemenkes RI, 2022). Menurut Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012, ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi secara eksklusif selama enam bulan setelah lahir, tanpa penambahan atau penggantian makanan atau minuman lain (selain obat-obatan, vitamin, dan mineral).

United nation childrens fund (UNICEF) dan *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan sebaiknya anak hanya diberi air susu ibu (ASI) paling sedikit selama 6 bulan. ASI Eksklusif dianjurkan pada beberapa bulan pertama karena ASI tidak terkontaminasi dan mengandung banyak zat gizi yang dibutuhkan anak pada usia tersebut (Aswita amir, Nursalim, 2018).

Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2021 menunjukkan bahwa hanya setengah dari 2,3 juta bayi di Indonesia di bawah usia enam bulan yang diberikan ASI eksklusif, atau berkurang 12 persen dari tahun sebelumnya. Pada 2021, angka inisiasi menyusui dini (IMD) adalah 48,6 persen, turun dari 58,2 persen pada 2019 (Kemenkes RI, 2022).

Kelangsungan hidup seorang anak tergantung pada kemampuan mereka untuk menyusui secara eksklusif sejak lahir, yang juga melindungi mereka dari berbagai infeksi alami berbahaya seperti pneumonia dan diare. Semakin banyak data tampaknya mendukung gagasan bahwa anak-anak yang disusui memiliki skor IQ yang lebih tinggi. Mereka juga memiliki kesempatan lebih kecil untuk menjadi gemuk atau kelebihan berat badan di masa depan, serta kesempatan yang lebih rendah terkena diabetes. Secara global peningkatan pemberian ASI dapat menyelamatkan lebih dari 820.000 anak di seluruh dunia setiap tahun dan mencegah hingga 20.000 penambahan kejadian kanker payudara pada wanita (Ariestanti & Widayati, 2018).

Mengingat dampak pandemi COVID-19 terhadap sistem kesehatan Indonesia dan sulitnya mendapatkan layanan konseling menyusui, menyusui menjadi semakin krusial saat ini. Kurang dari 50% ibu dan pengasuh lain dari bayi di bawah dua tahun mendapatkan layanan konseling menyusui selama pandemi, menurut survei nasional yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan pada tahun 2021 dengan dukungan UNICEF. Tingginya tingkat pelanggaran terhadap Kode Internasional Pemasaran Produk Pengganti ASI di Indonesia membuat masalah semakin parah (Yustina et al., 2023).

Makanan terbaik untuk bayi, terutama yang berusia di bawah enam bulan, adalah (ASI). Strategi lain untuk menurunkan angka kematian bayi adalah dengan pemberian ASI eksklusif. Dengan menyusui selama enam bulan, angka kematian bayi dapat dikurangi hingga 13%. Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), persentase bayi berusia 0-23 bulan yang masih diberi ASI di Indonesia sebesar 81,37% pada 2021. Dibandingkan dengan daerah perkotaan, di mana persentase menyusui adalah 79,06%, daerah pedesaan memiliki tingkat yang lebih tinggi dari 84,32%. Jika dipecah berdasarkan provinsi, Nusa Tenggara Barat merupakan provinsi dengan persentase tertinggi bayi berusia 0-23 bulan yang masih diberi ASI yakni hingga 89,55%.. Yogyakarta dan Jawa Tengah berada di urutan kedua dan ketiga, dengan masing-masing 87,96% dan 87,54%. Provinsi dengan persentase terendah berikutnya adalah Gorontalo sebesar 69,72% dan Kepulauan Riau 69,97% (Dinas Kesehatan Provinsi NTB, 2022).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pemberian ASI secara eksklusif, menurut Djami et al. (2013), meliputi karakteristik ibu (pengetahuan, pendidikan, pekerjaan, usia, paritas, dan etnis), karakteristik bayi (berat lahir dan kesehatan bayi), lingkungan (kepercayaan, dukungan keluarga, tempat tinggal, dan status sosial ekonomi), dan pelayanan kesehatan (pemeriksaan kehamilan, konseling laktasi, tempat persalinan, penolong kelahiran, dan kebijakan). Semua elemen ini memainkan peran yang berbeda dalam pengembangan perilaku yang diharapkan ketika memberikan ASI eksklusif (Djami et al., 2013).

Anak-anak yang menerima ASI yang cukup dengan pola asuh yang tepat akan membantu anak tumbuh sehat dan berkembang serta anak tidak mudah terkena penyakit. Selain itu,

menyusui membantu meningkatkan hubungan emosional ibu-anak, memungkinkan anak-anak untuk mengembangkan ketahanan mereka sendiri (Wibowo et al., 2020).

Berdasarkan hasil survey pendahuluan di Wilayah Kerja Puskesmas Palibelo masih sekitar 55% ibu menyusui yang belum mengetahui pentingnya pemberian ASI dan mayoritas ibu bekerja sehingga tidak tahu cara memberikan ASI selama bekerja berdasarkan hal tersebut, kami tertarik untuk melakukan penyuluhan tentang ASI eksklusif pada ibu-ibu yang mempunyai bayi usia 0-6 bulan di desa Ntonggu Wilayah Kerja Puskesmas Palibelo Kabupaten Bima.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh ibu-ibu menyusui yang mempunyai bayi usia 0-6 bulan yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Palibelo Kabupaten Bima yaitu sebanyak 8 ibu. Kegiatan pengabdian ini dilakukan selama 2 hari. Hari pertama di berikan penyuluhan tentang ASI eksklusif dan cara penyimpanan ASI perah (ASIP). Kegiatan penyuluhan di laksanakan di Puskesmas Palibelo dan selanjutnya hari kedua dilakukan Follow Up atau melakukan post test. Instrument yang di gunakan yaitu kuesioner pengetahuan tentang ASI eksklusif dan bagaimana cara pemberian ASI pada ibu-ibu yang bekerja.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini mendapat respon yang positif dari ibu-ibu peserta, hal ini dapat dilihat dari antusias para peserta selama mengikuti kegiatan dan sebagian besar baru pertama kali mendapat penyuluhan terkait tentang manfaat ASI eksklusif dan bagaimana cara penyimpanan dan pemberian ASI bagi ibu-ibu yang bekerja, secara keseluruhan peserta belum memahami secara jelas tentang manfaat ASI eksklusif. Sebelum di berikan penyuluhan ada 2 peserta (25%) dengan pengetahuan baik dan setelah kegiatan terdapat peningkatan menjadi 6 ibu-ibu (75%) dengan pengetahuan baik. Sebanyak 8 peserta yang hadir

Menyusui eksklusif mengacu pada menyusui secara eksklusif selama enam bulan tanpa penambahan cairan tambahan seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, atau air, serta tanpa memasukkan unsur makanan padat seperti pisang, bubur susu, kue, bubur nasi, atau nasi tim. Pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) dimulai pada enam bulan. Sampai usia dua tahun, seorang anak masih bisa menerima ASI. Karena sistem pencernaan bayi belum sepenuhnya berkembang sampai usia enam bulan, pemberian ASI eksklusif bertujuan untuk menghindari faktor alergi dalam pemberian makanan selain ASI. Secara umum, usus kecil bayi memiliki jaringan yang mirip dengan filter pasir. Karena pori-pori berongga, bentuk protein tertentu yang dapat menyebabkan alergi dapat langsung memasuki sistem peredaran darah (Efendi et al., 2021). Keuntungan ASI untuk bayi termasuk dapat memberi mereka awal yang baik dalam hidup, termasuk antibodi, memiliki komposisi yang benar untuk bayi, menurunkan risiko karies gigi, dan memberi bayi rasa nyaman dan aman. ASI terdiri dari laktosa, lipid, oligosakarida, dan protein. Hal ini menjadi lebih umum untuk melakukan upaya untuk meningkatkan produksi ASI dengan mengkonsumsi makanan yang dapat melakukannya, menjaga kesejahteraan mental dan spiritual, merawat payudara seseorang, merawat tubuh seseorang, cukup istirahat, menyedot bayi, dan menyusui sering (Amalia et al., 2021).

Ibu bekerja kemungkinan tidak memberikan ASI eksklusif karena kebanyakan ibu bekerja mempunyai waktu merawat bayi yang lebih sedikit, sedangkan ibu tidak bekerja besar kemungkinan memberikan ASI eksklusif, sehingga ibu dapat memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya. Seorang ibu yang memiliki kewajiban untuk bekerja cenderung memiliki waktu yang sedikit untuk menyusui bayinya akibat kesibukan kerja, keadaan ini menyebabkan ibu menghentikan pemberian ASI pada bayinya. Pada pengabdian ini terlihat bahwa ibu lebih banyak bekerja sehingga tidak memberikan ASI kepada bayinya karena mereka juga tidak mengetahui bagaimana cara penyimpanan ASI perah selama meninggalkan bayinya untuk bekerja (Ahlia et al., 2022).

Pemahaman ibu mengenai ASI eksklusif terlihat adanya peningkatan yaitu sebanyak 6 ibu-ibu (75%) dengan pengetahuan baik. Hal ini menunjukkan adanya keberhasilan tim dalam menyampaikan informasi kepada ibu menyusui. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, yang

terjadi setelah orang merasakan objek tertentu. Perilaku tersebut akan tahan lama jika dilakukan melalui prosedur yang didasarkan pada informasi, kesadaran, dan pola pikir yang baik. Salah satu cara terbaik untuk meningkatkan akses masyarakat terhadap informasi kesehatan adalah melalui pendidikan kesehatan. Dengan memberikan pendidikan kesehatan, sikap yang baik terhadap kesehatan akan terbentuk, yang akan berdampak langsung pada perilaku masyarakat (Prastiwi et al., 2017).



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan.



Gambar 2. Tahapan Pelaksanaan Post Tes

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian yang dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Palibelo Kabupaten Bima telah berjalan dengan lancar tanpa hambatan. Tujuan dari diadakannya kegiatan pengabdian yaitu untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu akan pentingnya ASI eksklusif serta teknik pemberian ASI perah (ASIP) pada ibu-ibu bekerja. Hasil yang didapatkan yaitu Sebelum diberikan penyuluhan sebanyak 2 ibu-ibu (25%) dengan pengetahuan baik dan setelah kegiatan terdapat peningkatan menjadi 6 ibu-ibu (75%) dengan pengetahuan baik. Kegiatan penyuluhan terbukti meningkatkan pengetahuan pada Ibu-ibu sehingga dengan meningkatnya pengetahuan diharapkan ibu-ibu dapat memberikan ASI eksklusif bagi bayinya dan tumbuh kembang bayi dapat optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Kepala Puskesmas Palibelo Kabupaten Bima yang sudah memberikan izin melaksanakan kegiatan pengabdian ini di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Bima. Serta ucapan terima kasih juga disampaikan kepada kader-kader yang sudah membantu dan ibu-ibu yang sudah bersedia hadir pada kegiatan penyuluhan ini.



REFERENSI

- Ahlia, P., Ardhia, D., & Fitri, A. (2022). Karakteristik Ibu Yang Memberikan Asi Eksklusif Di Puskesmas Lampaseh. *Jim*, *V*(4), 117–121.
- Amalia, E., Subandrate, S., Arrafi, M. H., Prasetyo, M. N., Adma, A. C., Monanda, M. D. A., Safyudin, S., & Athiah, M. (2021). Edukasi Kandungan Asi Dan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi. *LOGISTA - Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, *5*(2), 31. <https://doi.org/10.25077/logista.5.2.31-36.2021>
- Ariestanti, Y., & Widayati, T. (2018). Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang ASI Eksklusif di Pondok Melati Bekasi. *Jurnal Pelayanan Dan Pengabdian Masyarakat (PAMAS)*, *2*(1), 67–71.
- Aswita amir, Nursalim, A. W. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, *9*(2), 2013–2015.
- Dinas Kesehatan Provinsi NTB. (2022). *Persentase Bayi Yang Mendapat IMD dan Pemberian ASI Eksklusif di Provinsi NTB*.
- Djami, M. E. U., Noormartany, N., & Hilmanto, D. (2013). Frekuensi pemeriksaan kehamilan, konseling laktasi, dan pemberian air susu ibu eksklusif. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*, *7*(12), 557–561.
- Efendi, S., Sriyanah, N., Cahyani, A. S., Hikma, S., & K, K. (2021). Pentingnya Pemberian Asi Eksklusif Untuk Mencegah Stunting Pada Anak. *Idea Pengabdian Masyarakat*, *1*(02), 107–111. <https://doi.org/10.53690/ipm.v1i01.71>
- Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*.
- Prastiwi, R., Qudriani, M., Ludha, N., & Arsita, R. (2017). Peningkatan Persepsi Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Progresif Humanis Brainstorming*, *1*(1), 42–48. <https://doi.org/10.30591/japhb.v1i1.687>
- Wibowo, D. E., Jannah, K. D., & Permanasari, P. (2020). *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat UBJ*. *1*(2), 121–131. <http://dx.doi.org/10.31599/jabdimas>
- Yustina, I., Siregar, F. A., Siagian, D., & Sidabutar, R. R. (2023). *Pengabdian Masyarakat Tentang Sosialisasi Pentingnya Pemberian Asi Eksklusif*. *2*(1), 32–34.