

EDUKASI PENTINGNYA PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA BAYI DI DUSUN MENGALUNG

I Desak Putu Ayu Tatliani¹, Elly Sustiyani², Suharni³

^{1,2}Program Studi Profesi Bidan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu
ayugayot88@gmail.com

³Bidan Pelaksana, UPTD Puskesmas Kuta

ABSTRAK

Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar, hanya 52,5% atau separuh dari 2,3 juta bayi di bawah usia 6 bulan di Indonesia yang mendapat ASI eksklusif, turun dari 12% pada tahun 2019. Angka inisiasi menyusui dini (IMD) juga mengalami penurunan dari 58,2% pada tahun 2019 menjadi 48,6% pada tahun 2021. Pemberian ASI eksklusif merupakan hal yang krusial dalam menopang pertumbuhan dan perkembangan bayi, seperti meningkatkan antibodi, melindungi dari penyakit infeksi, dan beberapa manfaat lainnya. Pemberian ASI eksklusif juga memiliki manfaat fisik dan psikologi bagi sang ibu. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu nifas di dusun mengalung mengenai manfaat ASI Eksklusif. Metode kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan kesehatan terkait manfaat ASI eksklusif. Instrumen yang digunakan untuk mengukur bagaimana pengetahuan ibu nifas berupa kuisioner dengan 10 pertanyaan mengenai ASI, hasil pengukuran dari kuisioner ini adalah tingkat pengetahuan baik, cukup dan kurang. Kegiatan ini didahului dengan pre-test guna mengukur pengetahuan ibu hamil sebelum menerima materi penyuluhan dan diikuti dengan post-test guna mengukur tingkat pengetahuan ibu hamil setelah menerima materi penyuluhan. Peserta penyuluhan berjumlah 20 orang, setelah dilakukan penyuluhan didapatkan beberapa hasil, yaitu terdapat peningkatan persentase kelompok pengetahuan baik sebesar 75%, kelompok pengetahuan cukup sebesar 25%, dan tidak ditemukan peserta dengan tingkat pengetahuan kurang

Kata kunci : Edukasi, ASI Eksklusif, Ibu nifas

ABSTRACT

Based on Basic Health Research Data (2021), only 52.5% or half of the 2.3 million babies under the age of 6 months in Indonesia receive exclusive breastfeeding, down from 12% in 2019. The rate of early breastfeeding initiation (IMD) also decreased from 58.2% in 2019 to 48.6% in 2021. Exclusive breastfeeding is crucial in supporting the growth and development of babies, such as increasing antibodies, protecting against infectious diseases, and several other benefits. Exclusive breastfeeding also has physical and psychological benefits for the mother. This service aims to increase the knowledge of nifas mothers in Mengalung hamlet about the benefits of Exclusive Breastfeeding. The method of the activity carried out is in the form of health counseling related to the benefits of exclusive breastfeeding. The instrument used to measure the knowledge of postpartum mothers is in the form of a questionnaire with 10 questions about breast milk, the measurement results of this questionnaire are the level of knowledge is good, sufficient and lacking. This activity was preceded by a pre-test to measure the knowledge of pregnant women before receiving counseling materials and followed by a post-test to measure the level of knowledge of pregnant women after receiving counseling materials. The counseling participants totaled 20 people, after the counseling was carried out several results were obtained, namely there was an increase in the percentage of the good knowledge group by 75%, the sufficient knowledge group by 25%, and no participants with a low level of knowledge were found.

Keywords: Educations, Exclusive Breastfeeding, Postpartum mothers

PENDAHULUAN

Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar (2021), hanya 52,5% atau separuh dari 2,3 juta bayi di bawah usia 6 bulan di Indonesia yang mendapat ASI eksklusif, turun dari 12% pada tahun 2019. Angka inisiasi menyusui dini (IMD) juga mengalami penurunan dari 58,2% pada tahun 2019 menjadi 48,6% pada tahun 2021. Menurut laporan Badan Pusat Statistik (BPS), proporsi bayi di bawah enam bulan yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia akan mencapai 73,97% pada tahun 2023.

Air Susu Ibu (ASI) ialah cairan yang keluar dari kelenjar susu payudara seseorang ibu yang memiliki bermacam zat yang gizi yang krusial dalam menopang perkembangan serta pertumbuhan balita.

Berdasarkan informasi SDKI pada tahun 2012 dan 2017, tingkat anak di bawah setengah tahun yang cukup mendapatkan ASI eksklusif telah meningkat selama 5 tahun terakhir, dari 42% menjadi 52% (SDKI, 2017). Hasil data SDKI pada tahun tersebut belum mencapai target Kemenkes RI sebesar 80%. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan pada tahun 2017 cakupan bayi mendapat ASI eksklusif sebesar (61,22%) telah mencapai batas target renstra Indonesia sebesar 44%

(Kemenkes, 2017), meningkat pada tahun 2018 sebesar 68,74% dan telah mencapai batas target renstra Indonesia sebesar 47% (Kemenkes,2018), lalu menurun pada tahun 2019 sebesar 67,74%, namun cakupan pemberian ASI eksklusif telah mencapai batas renstra Indonesia sebesar 50% (Kemenkes,2019).

ASI dipisah menjadi 3 tipe, ialah kolostrum, ASI masa peralihan, serta ASI mature. Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif merupakan pemberian ASI yang tidak disertai dengan pemberian suplementasi makanan maupun minuman lain kecuali obat. Pemberian ASI Eksklusif dilakukan selama 6 bulan pertama, setelah masa tersebut ASI tidak mampu memenuhi kebutuhan mineral sehingga harus disertai dengan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP ASI) (Fadllyyah, 2019; INC, 2018; Sembiring, 2022).

Air susu ibu memiliki berbagai manfaat yang mampu menopang pertumbuhan dan perkembangan bayi, hal ini didukung oleh kandungan nutrisi ASI, antara lain makronutrien berupa air, protein, lemak, karbohidrat, dan karnitin. Mikronutrien berupa vitamin K, vitamin D, vitamin E, vitamin A, vitamin larut dalam air. Air susu ibu juga memiliki mineral dan komponen

bioaktif berupa sel hidup, antibodi, sitokin, faktor pertumbuhan, oligosakarida, dan hormon) (Dror & Allen, 2018; Wijaya, 2019). Air susu ibu juga mengandung berbagai enzim tertentu yang berfungsi sebagai zat penyerap di usus, sedangkan susu formula tidak mengandung enzim tersebut sehingga penyerapan makanan sepenuhnya bergantung pada enzim yang terdapat pada usus bayi (Handiani & Anggraeni, 2020).

ASI perlu diberikan karena memiliki beberapa kegunaan pada bayi yaitu memberikan kehidupan yang lebih baik untuk perkembangan serta pertumbuhan bayi, memiliki antibodi sehingga melindungi bayi dari beberapa penyakit infeksi virus, bakteri, parasit, dan jamur. ASI memiliki komposisi yang kompleks sesuai dengan kebutuhan bayi di mana meningkatkan kecerdasan bayi, menghindari resiko alergi karena susu formula, menyusui langsung dapat memberikan kasih sayang kepada bayi serta mengurangi resiko penyakit metabolic seperti diabetes melitus Tipe II, hipertensi, obesitas Ketika dewasa (Cynthia et al., 2019).

Pemberian ASI juga memberikan manfaat untuk fisik dan psikologis bagi ibu, beberapa manfaat itu antara lain, dengan

menyusui akan memicu peningkatan produksi oksitosin sehingga mampu meningkatkan ambang nyeri, mengurangi ketidaknyamanan ibu, dan dengan demikian berkontribusi terhadap peningkatan rasa

kasih sayang ibu terhadap bayi. Pemberian ASI dapat menurunkan risiko terjadinya kanker ovarium, kanker payudara, dan kanker endometrium (Ciampo & Ciampo, 2018).

Investasi terbaik salah satunya untuk meningkatkan kesehatan, kelangsungan hidup, peningkatan ekonomi serta perkembangan sosial individu dan bangsa adalah dengan menyusui. Optimalnya proses menyusui yang sesuai panduan bisa mengatasi lebih dari 20.000 kematian ibu dan 823.000 kematian anak setiap tahun. Perilaku tidak menyusui dihubungkan dengan rendahnya tingkat kecerdasan dan menimbulkan kerugian ekonomi sebesar 302 miliar dolar per tahun (Kemenkes RI, 2019).

United Nation Childrens Fund (UNICEF) dan *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan ASI paling sedikit diberikan kepada anak selama enam bulan pertama kehidupan kemudian dapat dilanjutkan dengan makanan pendamping yang tepat hingga usia 2 tahun untuk

menurunkan angka morbiditas dan mortalitas anak. Terdapat empat provinsi yang memiliki cakupan pemberian ASI eksklusif yang rendah, antara lain Gorontalo, Maluku, Papua, dan Papua Barat. Dalam cakupan bayi mendapatkan ASI eksklusif menurut provinsi tahun 2019 Maluku Utara mendapatkan 60,06%. Menurut data, persentase pemberian ASI eksklusif Dinkes Kota Ternate tahun 2017-2019 didapatkan persentase > 60% (Kemenkes RI, 2021)

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik pada tahun 2018, jumlah persentase bayi yang memiliki usia kurang enam bulan dan mendapatkan ASI eksklusif sebesar 44,36 % dan di Maluku Utara sendiri sebesar 64,28 %. Menurut hasil penelitian Fera The pada tahun 2021 di Puskesmas wilayah kerja kota Ternate terdapat 14,3 % ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif pada bayinya (The et al., 2022). Keberhasilan menyusui adalah usaha di mana memerlukan informasi yang tepat serta dukungan kuat dalam menciptakan lingkungan yang mungkin optimalnya proses menyusui. Walaupun menyusui ialah salah satu keputusan ibu, tetapi jauh lebih baik dengan adanya dukungan kuat dari keluarga terutama ayah, teman, masyarakat dan tempat kerja (Kemenkes

RI, 2019).

Ibu nifas merupakan sasaran yang sangat penting karena dengan memberikan edukasi yang tepat dapat membantu meningkatkan pemahaman terhadap pemberian ASI eksklusif untuk para bayi yang baru lahir . Edukasi ini bertujuan memberikan pengetahuan mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi.

Minimnya tingkat pengetahuan ibu tentang pemberian ASI dan manfaatnya cenderung mengarahkan pilihan ibu untuk menghentikan pemberian ASI, mengganti ASI dengan susu formula bahkan memberikan bahan pangan yang kurang memungkinkan untuk di konsumsi bayi. Padahal hanya dengan bekal pengetahuan yang baik, kebutuhan anak sedari dini dapat tercukupi untuk menunjang masa depan anak anak yang hebat dan cerdas..

METODE

Metode pengabdian yang dilakukan pada kegiatan ini ialah dengan penyuluhan kesehatan kepada para masyarakat sekitar di dusun mengalung pada tanggal 5 oktober 2024 dengan sasaran adalah semua ibu nifas di dusun tersebut sejumlah 22 orang. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan bersamaan dengan ante natal care terpadu rumah kader. pengabdian ini

terdiri dari 3 tahapan yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi.

1. Tahap Perencanaan

Pada tahap perencanaan kegiatan yang dilakukan meliputi :

- a) Koordinasi dengan mitra
- b) Tim pelaksana melakukan perizinan pelaksanaan kegiatan kepada pihak mitra (kepala puskesmas kuta dan bikor serta koordinasi dengan kader tempat pengabdian) dan mendata jumlah ibu nifas yang ada di dusun mengalung dan menyebarkan undangan melalui kader

- c) Penyusunan materi PPT, video, dan leaflet: Penyuluhan ini membahas empat materi, yaitu: Definisi ASI eksklusif, Manfaat ASI eksklusif, Makanan yang memperlancar ASI, Teknik massage payudara pada ibu hamil agar memungkinkan pemberian ASI eksklusif bisa berjalan setelah melahirkan

- d) Persiapan perlengkapan: Sebelum kegiatan berlangsung, pelaksana mempersiapkan tempat, Lcd, serta membagikan leaflet kepada seluruh ibu nifas yang menjadi sasaran kegiatan pengabdian.

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan Kegiatan dibagi dalam 3 tahap : tahap pertama yaitu melakukan pretest kepada sasaran untuk melihat bagaimana pemahaman tentang asi eksklusif tahap ke dua memberikan materi penyuluhan selama 45 menit dan diskusi selama 30 menit tahan ke tiga lakukan pretest untuk melihat bagaimana pengetahuan ibu nifas setelah di beri penyuluhan.



Gambar 1: Leaflet

HASIL DAN PEMBAHASAN

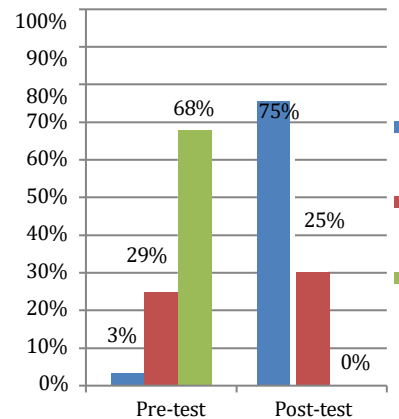
Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada 25 oktober 2024. Sasaran dalam kegiatan ini adalah semua ibu nifas di

dusun mengalung, penyuluhan ini dihadiri sebanyak 22 orang bertempat di balai kader yang di laksanakan bersamaan dengan pelaksanaan posyandu di dusun mengalung. Berdasarkan data dari puskesmas kuta bahwa dusun mengalung adalah dusun yang paling banyak ibu nifasnya sehingga berdasarkan data maka dilakukan pengabdian masyarakat di dusun mengalung wilayah kerja PKM Kuta guna memberi pengetahuan tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif untuk bayi, serta manfaat bagi ibu.

Antusias para peserta penyuluhan ini sangat tinggi, hal ini terlihat dari banyaknya pertanyaan yang dilontarkan oleh para peserta, ada beberapa pertanyaan menyinggung mengenai mitos-mitos terkait ASI, antara lain:

- 1) Apakah kolostrum atau ASI dengan warna yang lebih kuning dan lebih kenyal boleh diberikan kepada bayi?;
- 2) Apakah wanita dengan payudara kecil tidak memiliki ASI yang cukup untuk anaknya?;
- 3) Apakah benar jika minum es akan membuat bayi jadi pilek batuk dll? Pertanyaan-pertanyaan ini telah dijawab dengan tuntas oleh pembawa materi sehingga peserta penyuluhan memiliki

pemahaman yang lebih baik terkait topik pengabdian ini.



Grafik 1.

Hasil *Pre-test* dan *Post-test*

Pada grafik di atas bahwa 10 pertanyaan yang membahas mengenai ASI. Hasil yang didapatkan dari pengisian kuesioner pre test yang berisi tentang informasi ASI eksklusif didapatkan persentase kelompok pengetahuan kurang sebanyak 68%, sedangkan 29% memiliki pengetahuan yang cukup, dan 3% memiliki pengetahuan yang baik. Kemudian setelah penyampaian materi, para peserta penyuluhan diberikan kuesioner post test, diketahui sebanyak 75% dari responden memiliki pengetahuan yang baik, dan 25% responden memiliki pengetahuan yang cukup.

Hal ini juga senada dengan hasil penelitian bahwa pada post-test didapatkan nilai rerata $81 \pm 15,7$ dengan nilai tertinggi 100 (Amalia et al., 2021). Hasil yang sama didapatkan oleh penelitian yang dilakukan

di Puskesmas Tampang Tumbang Anjir, Kabupaten Gunung Mas, Provinsi Kalimantan Tengah, dimana didapatkan peningkatan pengetahuan ibu menyusui, pada post-test didapatkan persentase pengetahuan baik sebesar 75% dan pengetahuan cukup 25% (Mawaddah & Bingan, 2019) berhubungan erat dengan sikap ibu dalam pola asuh bayi, termasuk sikap ibu dalam pemberian ASI. Beberapa penelitian telah dilakukan untuk membuktikan hubungan antara hubungan antara ASI eksklusif dengan pengetahuan ibu. Menurut Effendy (2011) pemberian KIE adalah penyampaian pesan maupun informasi secara langsung ataupun tidak langsung menggunakan saluran komunikasi kepada penerima pesan, untuk mendapatkan suatu efek pemahaman terhadap informasi yang disampaikan. Dengan adanya edukasi pendidikan kesehatan yang di lakukan di dusun mengalung harapannya bisa mengubah pengetahuan ibu nifas terkait asi eksklusif. Hal ini sesuai dengan Effendy (2011) tujuan pemberian pendidikan kesehatan adalah mendorong terjadinya perubahan perilaku kearah yang lebih positif, terjadinya peningkatan pengetahuan (knowledge), sikap (attitude) dan praktik (practice) masyarakat secara mantap sebagai

perilaku sehat dan bertanggung jawab Menurut Dinkes, 2020 Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan individu/kelompok dapat menolong dirinya sendiri dalam bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan masyarakat. Pengetahuan merupakan hasil tahu yang diperoleh seseorang setelah melakukan penginderaan melalui panca indera manusia terhadap objek tertentu (Nurmala, 2018).

Berdasarkan hasil penyuluhan bahwa semua peserta awalnya tidak memahami dengan benar apakah asi itu sangat penting, peserta mengatakan bahwa susu formula yang mahal jauh lebih baik dari pada asi yang diminum pada ibu yang kurus dan kurang berat badan, indikator yang mereka nilai adalah berat badan bayi saja tanopa melihat abgaiman perkembangan dan pertumbuhan, jika berat abdan anaknya naik maka mereka mengatakan nakanya sehat hal ini senada dengan hasil pre tes yang di lakukan bahwa rata- rata pengetahuannya kurang. Setelah di lakukan penyuluhan peseta semuanya ntusias dan mulai memahami pentingnya asi eksklusif pada pada bayi. Oleh karena itu,

perlu diadakan kegiatan rutin penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan dari masyarakat terutama ibu-ibu. Ibu nifas sedang berada dalam fase baru menjadi seorang ibu, sehingga membutuhkan berbagai sumber informasi agar dapat melansungkan perawatan dengan baik pada dirinya. Kunjungan ibu nifas harus komprehensif baik secara fisik maupun psikologisnya. (Mahyati & Dewi, 2022 dalam Marieta dkk, 2024).

Edukasi yang diberikan pada ibu nifas bermanfaat untuk meningkatkan Kesehatan pemulihan dan proses adaptasi. dengan adanya edukasi yang diberikan pada ibu nifas dapat melakukan perawatan, memberikan ASI, mencukupi kebutuhan gizi, mengatur jarak kehamilan, merawat bayi sehat dan mendapatkan informasi tentang perencanaan keluarga berencana yang sesuai dengan pilihan ibu (Mahyati & Dewi, 2022 dalam Marieta dkk, 2024). Penyuluhan seperti ini harus bisa dilakukan secara mandiri oleh pihak pusat layanan kesehatan maupun dengan bekerja sama dengan instansi kesehatan lainnya seperti Program Studi seperti halnya sekarang untuk menghasilkan masyarakat yang sadar akan kesehatan dan generasi yang cerdas.



Gambar 2: Penyuluhan Manfaat Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi



Gambar 3 : Penyuluhan pada ibu nifas di Posyandu Mengalung

SIMPULAN

Dari 22 peserta (100%), didapatkan 75% peserta yang memiliki pengetahuan dengan klasifikasi baik, dan sejumlah 25% dari peserta yang memiliki pengetahuan dengan klasifikasi cukup. Walaupun pembahasan tentang ASI Eksklusif merupakan topik yang telah banyak didengar, alangkah baiknya jika kegiatan seperti ini terus dilakukan kepada masyarakat agar lebih memahami tentang

manfaat ASI Eksklusif bagi bayi, demi membantu menciptakan generasi penerus yang sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, E., Subandrate, S., Arrafi, M. H., Prasetyo, M. N., Adma, A. C., Monanda, M. D. Astuti, S., Judistiani, R. T. D., Rahmiati, L., & Susanti, A. I. (2015). Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui.
- Anggraeni, L. (2020). Pengaruh Woolwich Massage Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Di Rsud Sekayu. Politeknik Kesehatan Palembang
- Sari, Y. R., Yuviska, I. A., & Sunarsih. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Kesmas Dan Gizi (Jkg)*, 6(2), 161–170. <https://doi.org/10.35451/jkg.v3i1.500>
- Siamti Wilujeng. (2024). Efektifitas Breast Care (Perawatan Payudara) Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Hari Ke 7 di RSUD Saras Ibnu Sina Sukowati Sragen. *Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, 2(1), 131–142.
- Walyani, E. S. (2017). Asuhan Keperawatan Masa Nifas dan Menyusui.
- WHO, U. dan. (2023). Pekan Menyusui Dunia: UNICEF dan WHO menyerukan Pemerintah dan Pemangku Kepentingan agar mendukung semua ibu menyusui di Indonesia selama COVID-19.
- Ayue, H. I. (2022). Asuhan Kebidanan Komunitas. Wineka Media.
- Evy Clara, M.Si., Ajeng Agrita Dwikasih Wardani, M. S. (2020). Sosiologi Keluarga.
- Hanindita, Meta. (2021). Mommyclopedia 456 tentang Fakta Pemberian ASI dan Menyusui. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Walyani, Elisabeth Siwi dan Th. endang Purwoastuti. (2021). ASUHAN KEBIDANAN MASA NIFAS & MENYUSUI. Yogyakarta :Pustaka Baru Press
- Wilujeng, S. (2024). Efektifitas Breast Care (Perawatan Payudara) Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Hari Ke 7 di RSUD Saras Ibnu Sina Sukowati Sragen Siamti Wilujeng. 2(1).
- Puspasari, H., Nisa, I. C., Faâ, H., & Xaverius, F. (2020). Pendidikan Kesehatan Asi Eksklusif dan Akupresur untuk Meningkatkan Produksi Asi di RW 10 Kelurahan Karyamulya Kecamatan Kesambi Kota Cirebon. In Call For Paper Seminar Nasional Kebidanan (pp. 99–104).
- Sari, Y. R., Yuviska, I. A., & Sunarsih, S. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian asi eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 6(2), 161-170.
- Sari, W. A., & Farida, S. N. (2020). Hubungan pengetahuan ibu menyusui tentang manfaat asi dengan pemberian asi eksklusif kabupaten Jombang. *JPK: Jurnal Penelitian Kesehatan*, 10(1), 6-12.
- Nugraheni, D., Nuryanto, N., Wijayanti, H. S., Panunggal, B., & Syauqy, A. (2020). Asi Eksklusif Dan Asupan Energi Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Usia 6–24 Bulan Di Jawa Tengah. *Journal of Nutrition College*, 9(2), 106-113.
- Pratiwi, E. N., Nurjanah, S., & Windiyani, W. (2020). Penyuluhan Kesehatan Tentang Stimulus Pemberian ASI Eksklusif dengan Media Leaflet di Posyandu Tanggul Asri RW 08 Desa Clolo Kota Surakarta. *Jurnal Salam Sehat Masyarakat (JSSM)*, 1(2).
- Susanti, D., Juaeriah, R., Yuliana, Y., Putriastuti, W., & Oktri, Y. (2023). Penyuluhan Keterampilan Teknik Menyusui Menggunakan Video Animasi Pada Ibu yang Memiliki Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, 4(2), 812-818.