



PENYULUHAN PENTINGNYA PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA BAYI USIA 0-6 BULAN DI POSKESDES WONODADI KECAMATAN GADINGREJO KABUPATEN PRINGSEWU TAHUN 2023

Rini Wahyuni¹, Juwita Desri Ayu², Mareza Yolanda Umar³, Psiari
Kusuma Wardani⁴, Siti Rohani⁵, Faranisa Elsanti⁶, Yeni Alvi Riani⁷, Salma
Adila⁸, Yeni Anggraini⁹, Ely Rustiyana¹⁰, Ana Mulysha¹¹.

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11}Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah
Pringsewu, Lampung, Indonesia

Email: rinicannywa166@gmail.com¹, jdesriayu@gmail.com², marezaumar@gmail.com³,
psiarikusumawardani@gmail.com⁴, siroazza@gmail.com⁵

ABSTRAK

Berdasarkan data dari WHO dan UNICEF pada Tahun 2018 pemberian ASI eksklusif cukup rendah yaitu Hanya 41 persen. Di Indonesia dari data Riset Kesehatan Dasar yang dilakukan pada tahun 2018 menunjukkan bahwa tingkat pemberian ASI eksklusif hanya mencapai 37 persen (Unicef, 2020). Masalah utama dalam pemberian ASI rendah menurut Pusdiklat Nasional (2022) adalah kurang sering menyusui, Kelainan metabolisme, jaringan payudara hipoplastik, bayi tidak dapat menghisap, ibu pekerja dan kurangnya gizi pada ibu. Upaya yang diselenggarakan pemerintah untuk mengembangkan kualitas masyarakat adalah Program peningkatan pemberian Air Susu Ibu (ASI) khususnya ASI eksklusif Karena dapat Memberikan dampak yang luas terhadap ibu kemudian status gizi dan kesehatan balita. Nutrisi berperan penting dalam perkembangan otak sejak kehamilan hingga usia 3 tahun (Bazzano AN, 2016). Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan pendidikan serta pengetahuan tentang pentingnya memberikan ASI Eksklusif dari usia 0-6 bulan, penyuluhan ini bersamaan dengan Praktik Komunitas di Poskesdes Pekon Wonodadi yang berada di wilayah Wonodadi, Kecamatan Gadingrejo, Kabupaten Pringswu, Provinsi Lampung dengan metode tatap muka (*face-to-face*), kemudian masyarakat terutama Calon ibu diberikan penyuluhan tentang pentingnya Pemberian ASI Eksklusif selama 0-6 bulan, Hasil penyuluhan ASI Eksklusif ternyata berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu bayi. Peserta kegiatan sebanyak 19 ibu hamil dan masing-masing kader mulai dari remaja, sampai bayi Balita. Penyuluhan ini dilaksanakan oleh para dosen dan mahasiswa Program Studi D III Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu.
Kata kunci: ASI Eksklusif, Penyuluhan

1. PENDAHULUAN

Tujuan diselenggarakan pemerintah adalah untuk mengembangkan kualitas masyarakat dengan peningkatan pemberian Air Susu Ibu (ASI) khususnya ASI eksklusif. Agar dapat Tercapai tujuan tersebut perlu dilakukan Upaya yang menyeluruh dan Berkesinambungan agar dapat meningkatkan kualitas masyarakat. ASI Eksklusif menurut World Health Organization (WHO) adalah memberikan ASI saja tanpa memberikan makanan dan minuman lain kepada bayi sejak lahir sampai berumur 6 bulan, kecuali obat dan vitamin. (Aryotochter, 2018).

Organisasi Kesehatan Dunia (World Health Organization/ WHO) dan United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif Sejak lahir 0-6 bulan pertama kehidupan, dan berlanjut dengan Makanan pendamping Air Susu Ibu yang di sebut MPASI hingga usia 2 tahun atau lebih. Namun sebagian ibu memberikan Makanan atau minuman tambahan kepada bayinya sebelum usia 6 bulan, dan juga berhenti menyusui sebelum usia 2 tahun dengan berbagai Alasan Seperti ibu tidak memiliki ASI yang cukup atau kesulitan menyusui bahkan ibu yang bekerja di luar rumah tidak sempat mnyusui bahkan tidaj tau bagaimana caranya menyusui sembari bekerja. Ibu tidak mendapatkan bantuan orang lain atau karena karena tempat bekerja tidak mendukung menyusui (WHO 2020).

Masalah utama dalam pemberian ASI rendah menurut Pusdiklat Nasional (2022) adalah kurang sering menyusui, Kelainan metabolisme, jaringan payudara hipoplastik, bayi tidak dapat menghisap, dan kurangnya gizi pada ibu mengakibatkan terhambatnya proses menyusui dan berpengaruh terhadap pemberian ASI terutama ASI Eksklusif Kelainan metabolisme dan kurangnya gizi ibu. Kondisi ini menyebabkan proses menyusui terhambat.

Berdasarkan data dari WHO dan UNICEF pada Tahun 2018 menunjukkan bahwa tingkat pemberian ASI eksklusif cukup rendah yaitu Hanya 41 persen. Di Indonesia dari data Riset Kesehatan Dasar yang dilakukan pada tahun 2018 menunjukkan bahwa tingkat

pemberian ASI eksklusif hanya mencapai 37 persen (Unicef, 2020).

Program peningkatan pemberian Air Susu Ibu (ASI) khususnya ASI eksklusif merupakan program prioritas. Karena dapat Memberikan dampak yang luas terhadap ibu kemudian status gizi dan kesehatan balita. Nutrisi berperan penting dalam perkembangan otak dari kehamilan hingga usia 3 tahun (Bazzano AN, 2016).

Salah satu upaya yang diselenggarakan oleh pemerintah guna Mengembangkan kualitas masyarakat adalah dengan memberikan ASI Eksklusif pada Bayi. ASI (Air Susu Ibu) adalah Cairan yang di dalamnya terkandung komponen makro dan mikro nutrien. Makronutrien adalah protein, karbohidrat, dan lemak sedangkan mikronutrien adalah vitamin dan mineral. Setiap komponen ASI memiliki manfaatnya tersendiri untuk pertumbuhan bayi. Sekitar 88% dari ASI adalah air (Giting, 2020).

ASI merupakan sumber air aman, Air yang terkandung dalam ASI dapat meredakan haus dari bayi. Pemberian ASI Eksklusif untuk bayi mempunyai peranan penting, yakni meningkatkan antibodi pada tubuh bayi Karena dapat Meminimalisir bayi terserang penyakit yang bisa mengancam kesehatan bayi. Selain itu pemberian ASI Eksklusif dapat membantu proses perkembangan Otak dan fisik bayi Karena, ASI Eksklusif adalah Pemberian ASI pada usia 0 sampai 6 bulan tanpa adanya tambahan makanan selama 6 bulan berturut-turut. manfaat memberikan ASI Bagi ibu adalah untuk mengembalikan mental ibu karena trauma pasca melahirkan, ASI eksklusif juga bisa meminimalkan timbulnya resiko kanker karena tidak adanya sumbatan pada payudara, kemudian ASI merupakan Kontrasepsi Alami (Hidayah, 2021).

2. BAHAN DAN METODE

Penyuluhan tentang pemberian ASI Eksklusif ini dilaksanakan bersamaan dengan praktik komunitas. Dilaksanakan oleh mahasiswa dan di dampingi oleh para dosen Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu (UAP) tahun 2023. Pelaksanaan kegiatan yaitu

dilakukan dengan cara tatap muka (*face-to-face*), kemudian peserta diberikan penjelasan mengenai pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan dengan metode ceramah (dibantu dengan *slide presentasion, media audio-visual/ video*) dan dilanjutkan dengan sesi tanya-jawab sesuai dengan pokok bahasan yang telah disampaikan.

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dalam waktu satu hari yaitu pada hari Rabu, 18 Januari 2023, pukul 09.30 WIB sampai dengan 10.30 WIB. Tempat kegiatan dilaksanakan di Poskesdes Pekon Wonodadi yang berada di wilayah Wonodadi, Kecamatan Gadingrejo, Kabupaten Pringswu, Provinsi Lampung. Peserta kegiatan sebanyak 19 ibu hamil dan masing-masing kader mulai dari remaja, sampai bayi Balita.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan terhadap masyarakat ini dilakukan dengan cara tatap muka dan diberikan penjelasan tentang Pentingnya pemberian ASI Eksklusif bagi bayi usia 0-6 bulan dengan metode ceramah dan tanya jawab. Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilaksanakan dalam waktu satu hari yaitu pada hari Rabu, 18 Januari 2023, pukul 09.30 WIB sampai dengan 10.30 WIB. Peserta yang merupakan Ibu hamil yang berjumlah 30 orang dan didampingi oleh perwakilan kader mulai dari kader remaja sampai bayi balita di Pekon wonodadi, Kecamatan Gadingrejo, Kabupaten Pringsewu, Provisi Lampung Tahun 2023.

Penyuluhan tentang Pemberian ASI Eksklusif ini mengajarkan kepada Ibu-Ibu yang akan memiliki bayi memberikan ASI Eksklusif saat usia bayi 0-6 bulan. ASI Eksklusif menurut World Health Organization (WHO) adalah memberikan ASI saja tanpa memberikan makanan dan minuman lain kepada bayi sejak lahir sampai berumur 6 bulan, kecuali obat dan vitamin. bukan berarti setelah pemberian ASI Eksklusif, pemberian ASI dihentikan, tetapi tetap diberikan pada bayi sampai bayi berusia 2 tahun. ASI merupakan makanan pertama, bersifat alamiah, utama dan terbaik untuk bayi. (Aryotochter, 2018).

Pemberian ASI eksklusif sangatlah penting karena dapat meningkatkan daya tahan tubuh bayi, bisa mencegah bayi terserang berbagai penyakit yang bisa mengancam kesehatan bayi. Selain itu manfaat ASI Eksklusif paling penting adalah bisa menunjang sekaligus membantu proses perkembangan otak dan fisik bayi. Dikarenakan di usia 0 sampai 6 bulan seorang bayi tentu sama sekali belum diizinkan mengkonsumsi nutrisi apapun selain ASI. Selama 6 bulan berturut-turut, ASI yang diberikan pada bayi tentu memberikan dampak yang besar pada pertumbuhan otak dan fisik bayi kedepannya.

Sedangkan manfaat memberikan ASI bagi Ibu adalah untuk menghilangkan trauma pasca melahirkan. Selain membuat kondisi kesehatan dan mental ibu agar lebih stabil, ASI Eksklusif juga bisa meminimalkan timbulnya resiko kanker karena tidak adanya sumbatan pada payudara, kemudian ASI merupakan Kontrasepsi Alami (Hidayah, 2021).

Menyusui adalah hadiah yang sangat berharga yang dapat diberikan ibu pada bayinya. pada keadaan ekonomi kurang mampu, menyusui merupakan pemberian yang menyelamatkan jiwanya. Diharapkan apabila calon ibu mengikuti seluruh anjuran diatas, akan didapatkan kualitas dan kuantitas ASI yang optimal, sekaligus mendapatkan ibu yang sehat serta bayi yang kuat dan cerdas.

Dalam memberikan ASI Eksklusif seorang ibu juga perlu berlatih dan persiapan yang matang. Prilaku pemberian ASI Eksklusif dipengaruhi oleh faktor eksternal dan faktor internal. Faktor Internal berasal dari diri sendiri atau motivasi dari seseorang sehingga dapat melakukan perilaku pemberian ASI Eksklusif yaitu, tingkat pengetahuan ibu, pengalaman ibu untuk menyusui, umur, pekerjaan, maupun pendidikan. Sedangkan faktor Eksternal berasal dari luar seperti suami atau keluarga terdekat. Faktor Eksternal ini sangat diperlukan meskipun seorang tahu dan mampu untuk melakukan tetapi bisa saja orang tersebut tidak melakukannya.

Program peningkatan pemberian Air Susu Ibu (ASI) khususnya ASI Eksklusif merupakan program prioritas. Hal ini dikarenakan memberikan dampak luas terhadap status gizi dan kesehatan balita. Didukung pula

konferensi tingkat tinggi tentang kesejahteraan anak bahwa semua keluarga harus mengetahui arti penting mendukung dalam tugas pemberian ASI saja selama 6 bulan untuk perempuan pada kehidupan pertama bagi anak (Kemenkes RI, 2013)

Pemerintah Republik Indonesia telah mengeluarkan peraturan Pemerintah Republik Indonesia nomor 33 tahun 2012 tentang pemberian ASI Eksklusif. PP tentang pemberian ASI Eksklusif ini merupakan penjabaran dari Undang-Undang kesehatan Nomor 36 tahun 2009 tentang kesehatan pasal 129, ayat 1 “Pemerintah bertanggung jawab menetapkan kebijakan dalam rangka menjamin hak bayi untuk mendapatkan ASI secara eksklusif”. Dan ayat 2: “Ketentuan lebih lanjut sebagaimana dimaksud pada ayat (1) diatur dengan peraturan pemerintah”. (Kemenkes RI, 2012).

Berikut langkah-langkah menyusui yang benar:

1. Cuci tangan menggunakan sabun dan air bersih yang mengalir.
2. Keluarkan sedikit ASI dan oleskan pada puting dan areola sekitarnya.
3. Letakkan bayi menghadap perut ibu atau payudara, mulailah menyusui dari payudara yang terakhir belum dikosongkan.
4. Jika payudara besar, pegang payudara dengan ibu jari dan jari lainnya menopang bagian payudara.
5. Rangsang bayi menggunakan jari yang didekatkan kesisi mulut bayi (Bisa menggunakan jari kelingking). dekatkan dengan cepat kepala bayi dengan payudara ibu, kemudian masukkan puting dan areola kemulut bayi.
6. Setelah payudara yang dihisap terasa kosong, lepaskan isapan bayi dengan menekan dagu kebawah atau jari kelingking ibu ditempelkan kemulut bayi. Susui berikutnya mulai dari payudara yang belum dikosongkan.
7. Keluarkan sedikit ASI dan oleskan sedikit pada puting dan areola sekitarnya, kemudian biarkan keringf dengan sendirinya (Jangan di lap).
8. Sendawakan bayi
9. Selalu minum air putih minimal 1 gelas setelah menyusui.

Pemberian ASI Eksklusif pertama kali nya harus berdasarkan niat dan motivasi ibu yang kuat untuk menyusui selama 6 bulan penuh , Kemudian ibu harus percaya diri bahwa ASI sangat cukup di berikan kepada anak tanpa kekurangan, pentingnya juga peran suami dan keluarga untuk mendukung ibu memberikan ASI saja tanpa minuman atau makanan lain kecuali ada indikasi. Dukungan keluarga dapat memberikan Pengaruh positif karena keluarga merupakan Orang yang paling dekat dengan semua anggota Keluarga yang lain. keluarga yang Baik akan mendukung mendukung ibu untuk dapat memberikan ASI eksklusif pada bayinya.

Penyuluhan tentang pemberian ASI Eksklusif 0-6 bulan di poskesdes merupakan kegiatan yang harus dilakukan yang merupakan cara menyebarluaskan pentingnya Memberikan ASI Eksklusif pada bayi dan menanamkan keyakinan bahwasanya orang tua yang pekerja juga dapat memberikan ASI Eksklusif selama 0-6 bulan. Dengan demikian para orang tua tidak hanya tahu dan mengerti, tetapi juga akan melakukan anjuran untuk memberikan ASI Eksklusif kepada bayi nya. Tujuan penyuluhan di Puskesmas selain silaturahmi adalah agar dapat mengubah pola pikir orang tua yang masih belum menerapkan pemberian ASI eksklusif.



4. KESIMPULAN DAN SARAN

Dapat diambil Kesimpulan bahwa Solusi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu tentang ASI Eksklusif dapat dilakukan dengan melakukan Promosi Kesehatan melalui penyuluhan ASI Eksklusif terhadap ibu di Poskesdes Pekon Wonodadi yang berada di wilayah Wonodadi, Kecamatan Gadingrejo, Kabupaten Pringswu, Provinsi Lampung.

Dengan adanya penyuluhan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu dalam pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Pekon Wonodadi. Penyuluhan tentang pemberian ASI Eksklusif ini dihadiri oleh Calon ibu, Kader, masyarakat sekitar, dosen dan mahasiswa Program Studi D III Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu.

Melakukan penyuluhan yang berkelanjutan sangat diperlukan karena memberikan dampak positif, meningkat nya pengetahuan dan kesadaran ibu tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi agar menjadi ibu sehat dan mempunyai bayi yang kuat dan cerdas.

Peran keluarga dan suami sangatlah penting untuk memberikan pengaruh positif terhadap ibu dan membimbing ibu untuk memberikan ASI eksklusif pada bayi nya.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan Terimakasih kepada Universitas Aisyah Pringsewu (UAP) yang telah memfasilitasi kegiatan Praktek Komunitas. Terimakasih kepada Dosen prodi D III Kebidanan UAP yang telah memberikan dukungan atas terselenggaranya praktik Komunitas ini. Terima kasih kepada mitra kerja Poskesdes Pekon Wonodadi yang berada di wilayah Wonodadi, Kecamatan Gadingrejo, Kabupaten Pringswu, Provinsi Lampung. Terimakasih kepada masyarakat yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk datang dalam penyuluhan ASI Eksklusif, serta keikutsertaan dosen dan mahasiswa Program Studi D III Kebidanan UAP yang telah membantu berlangsungnya acara penyuluhan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfaridh, A. Y., Azizah, A. N., Ramadhaningtyas, A., Maghfiroh, D. F., Emizia, E., Amaria, H., ... & Nurwahyuni, A. (2021). Peningkatan Kesadaran dan Pengetahuan tentang ASI Eksklusif pada Remaja dan Ibu dengan Penyuluhan serta Pembentukan Kader Melalui Komunitas "CITALIA". *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat (Pengmaskesmas)*, 1(2).
- Asnidawati, A., & Ramdhan, S. (2021). Hambatan Plebeian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 156-162.
- Salamah, U., & Prasetya, P. H. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kegagalan Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(3), 199-204.
- Lestari, R. R. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu. *Jurnal obsesi: Jurnal Pendidikan anak usia dini*, 2(1), 131-136.
- Ramli, R. (2020). Hubungan pengetahuan dan status pekerjaan ibu dengan pemberian ASI eksklusif di Kelurahan Sidotopo. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 8(1), 36-46.
- Eksklusif, A. S. I., & Budaya, S. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Anggalomoare Kabupaten Konawe. *J. MediLab Mandala Waluya Kendari Vol*, 3(1).
- Awanda Putri, N., & Puspowati, S. D. (2019). Pengaruh penyuluhan dengan media lembar balik (flip chart) terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang asi eksklusif di puskesmas tuban kabupaten tuban (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Gusti, D., Bachtiar, H., & Masrul, M. (2011). Promosi ASI Eksklusif memakai metode Konseling Dengan penyuluhan terhadap Pengetahuan Dan sikap pada ibu menyusui. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 6(1), 4-9.

- Mufdlilah, M. (2017). Buku Pedoman Pemberdayaan Ibu Menyusui pada Program ASI Eksklusif (Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).
- Yanti, Y., Siska Helina, S., & Susilawati, E. (2022). Tudi Kualitatif Sosial Support Keberhasilan Asi Eksklusif Pada Ibu Menyusui Wilayah Kerja Puskesmas Umban Sari Kota Pekanbaru.
- Peprianti, G., Rahmarianti, G., & Marsimin, M. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Manajemen Laktasi Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 6-9 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Talang Randai Kabupaten Bengkulu Selatan. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 1(1), 1-8.
- Irwandi, S., Pane, A. H., & Az-Zahra, F. (2022). Penyuluhan manfaat ASI Eksklusif pada anak di Kelurahan Amplas. *Pengabdian Deli Sumatera*, 1(2).
- Yusuf, M., Yulianto, E. S., & Hana Yuniarti, M. (2021). Efektivitas Penyuluhan Asi Eksklusif Terhadap pengetahuan Dan Sikap Ibu Bayi Di Puskesmas Gandus. *JGK: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 1(2 Desember), 71-77.
- SJMJ, S. A. S., Toban, R. C., & Madi, M. A. (2020). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 448-4