

Sosialisasi Pentingnya ASI Eksklusif Sampai Bayi Usia 6 Bulan

Mertisa Dwi Klevina^{1*}, Aglis Andhita Hatmawan², Irmawati Mathar¹

¹STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun
Jalan Taman Praja no 25 Madiun Jawa Timur

²Universitas Teuku Umar
Jalan Alue, Meurobo Aceh Barat

*Email: ummymert@gmail.com

ABSTRAK

Terjadinya kerawanan gizi pada bayi disebabkan karena selain makanan yang kurang juga karena Air Susu Ibu (ASI) banyak diganti dengan susu botol dengan cara dan jumlah yang tidak memenuhi kebutuhan. Pertumbuhan dan perkembangan bayi sebagian besar ditentukan oleh jumlah ASI yang diperoleh termasuk energi dan zat gizi lainnya yang terkandung di dalam ASI tersebut. ASI tanpa bahan makanan lain dapat mencukupi kebutuhan pertumbuhan sampai usia sekitar empat bulan. Dalam pembangunan bangsa, peningkatan kualitas manusia. Kegiatan Pengabdian bulan maret 2022 Kegiatan diikuti oleh 25 orang ibu hamil dan ibu menyusui. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang digunakan adalah sosialisasi mengenai kesehatan reproduksi sebagai persiapan menghadapi menyusui. Metode yang digunakan adalah metode ceramah, metode tanya jawab dan game/ quiz. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah kesadaran ibu untuk mengikuti kegiatan sosialisasi mengenai kesehatan reproduksi sebagai persiapan menghadapi kehamilan atau menyusui. Beberapa faktor pendukung kegiatan tersebut antara lain: 1. Para peserta memiliki kemauan yang besar untuk mendapatkan informasi dan pengetahuan mengenai sosialisasi mengenai kesehatan reproduksi sebagai persiapan menyusui, 2. Kegiatan pendidikan kesehatan ini sangat didukung oleh pihak desa baik secara langsung maupun tidak langsung berpartisipasi secara aktif dalam pelaksanaan pendidikan kesehatan tentang sosialisasi mengenai kesehatan reproduksi sebagai persiapan menyusui.

Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan, Ibu Hamil, ASI Eksklusif

ABSTRACT

The occurrence of nutritional insecurity in infants is due to not only lack of food, but also because breast milk (ASI) is mostly replaced with bottle milk in a way and the amount does not meet the needs. The growth and development of infants is largely determined by the amount of breast milk obtained, including energy and other nutrients contained in the milk. Breast milk without other food ingredients can meet the needs of growth until the age of about four months. In nation building, human quality improvement. Service Activities March 2022 The activity was attended by 25 pregnant and lactating mothers. The implementation of community service activities used is the dissemination of reproductive health in preparation for breastfeeding. The method used is the lecture method, question and answer method and games / quizzes. The result of this community service activity is the awareness of mothers to participate in socialization activities regarding reproductive health in preparation for pregnancy or breastfeeding. Some of the supporting factors for these activities include: 1. The participants have a great willingness to get information and knowledge about socialization regarding reproductive health as a preparation for breastfeeding, 2. This health education activity is strongly supported by the village, either directly or indirectly, actively participates in the implementation of health education regarding socialization of reproductive health as a preparation for breastfeeding.

Keywords: Health Education, Pregnant Women, Exclusive Breast Milk

DOI: <https://doi.org/10.55983/empjcs.v1i4.173>



Published by Empowerment: Jurnal Pengabdian Masyarakat | This is an open access article distributed under the CC BY SA license <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>

PENDAHULUAN

Menurut penelitian anak-anak yang tidak diberi ASI akan mempunyai IQ (Intellectual Quotient) lebih rendah tujuh sampai delapan point dibandingkan dengan anak-anak yang diberi ASI secara eksklusif.

ASI eksklusif adalah pemberian ASI tanpa makanan tambahan lain pada bayi berumur nol sampai enam bulan. Selain pada anak ASI eksklusif juga bermanfaat bagi ibu yaitu dapat diberikan dengan cara mudah dan murah juga dapat menurunkan resiko terjadinya pendarahan dan anemia pada ibu serta menunda terjadinya kehamilan berikutnya. Hal ini yang lebih penting adalah timbulnya ikatan batin yang kuat antara ibu dan anak.

Memberikan ASI eksklusif terutama sangat dianjurkan untuk bayi-bayi yang dilahirkan dengan cara caesar. Bayi caesar mengalami intensitas kesakitan yang sangat tinggi dibandingkan dengan bayi yang lahir secara normal yang sudah mengalami exercise dalam proses kelahiran sebelum akhirnya muncul ke dunia dan beradaptasi dengan dunia luar.

Peraturan dan sanksi yang tegas serta program-program mendukung diharapkan angka pemberian ASI dapat ditingkatkan dari kondisi sekarang. Menurut hasil survei demografi dan kesehatan indonesia (SDKI) tahun 2002-2003, didapati data jumlah pemberian eksklusif pada bayi dibawah usia dua bulan hanya mencakup 64 % dari total bayi yang ada. Persentasi tersebut menurun seiring dengan bertambahnya usia bayi, yakni 46 % pada bayi 2-3 bulan dan 14 % pada usia bayi 4-6 bulan, yang lebih memprihatinkan 13 % bayi dibawah dua bulan telah diberi susu formula dan satu dari tiga bayi usia 2-3 bulan telah diberi makanan tambahan. Produsen susu dan makanan pendamping ASI yang semestinya turut berperan serta dalam program yang notabene bisa menyehatkan generasi penerus, justru banyak yang melakukan penyimpangan. Pencantuman label' untuk bayi usia empat bulan ke atas' adalah salah satu contohnya.

METODE

Penelitian ini diselenggarakan di Desa TawangRejo Kabupaten Magetan pada bulan Maret 2022. Subyek pengabdian masyarakat disini adalah ibu hamil dan ibu menyusui . Metode pengabdian masyarakat disini menggunakan bentuk pemberian pendidikan kesehatan melalui pertemuan dan media sosial tentang pengetahuan menarche dan cara menghadapinya berupa slide dari power point dan leaflet . Peserta ibu hamil dan menyusui diberikan pendidikan kesehatan tentang :

1. Menjelaskan pengertian ASI eksklusif.
2. Menjelaskan manfaat dan keunggulan ASI eksklusif.
3. Memotifasi dirinya untuk memberikan ASI eksklusif.
4. Mengetahui tanda bayi cukup ASI.

Dalam Proses pelaksanaan kegiatan dilakukan beberapa metode melalui langkah-langkah sebagai berikut:

1. Persiapan Semua kegiatan perlu dilakukan persiapan yang sangat matang, baik mengenai waktu, tempat, konsumsi dan dokumentasi, serta beberapa berkas yang dibutuhkan saat kegiatan berlangsung. Hal lain yang tidak kalah penting adalah konsolidasi terhadap masyarakat atau pihak komunitas, yaitu para pengurusnya untuk memastikan kesempatan dan waktu bagi peserta untuk hadir. Setelah ini semua sudah bisa dipastikan maka kegiatan sudah bisa dilaksanakan.

2. PelaksanaanPelaksanaan kegiatan dilaksanakan selama satu hari, dimana jadwal kegiatan adalah sebagai berikut

Waktu	Kegiatan	Penanggung Jawab
08.00-09.00	Registrasi	Panitia
09.00-09.30	Pembukaan	Koordinator kegiatan
09.30-10.00	Pre Test	Panitia
10.00-10.15	Istirahat	
10.15-11.00	Penyampaian materi - Pengertian ASI - Manfaat ASI - Manfaat menyusui - Komposisi ASI - Tanda bayi kecukupan ASI	Tim Pengabdian masyarakat
11.00-12.00	Tanya jawab dan diskusi	Tim Pengabdian masyarakat
12.00-12.30	Evaluasi - Post Test	Tim Pengabdian masyarakat
13.00	Penutup	Koordinator kegiatan

1. Evaluasi Struktur

1. SAP telah tersusun
2. Terdapat kesempatan oleh penyaji untuk menyajikan SAP tentang ASI eksklusif
3. Tempat materi dan metode telah siap.

2. Evaluasi Proses

1. Ibu mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir.
2. Ibu aktif untuk mengikuti diskusi.

3. Evaluasi Hasil

1. Ibu tahu tentang ASI eksklusif
2. Ibu tahu tentang tujuan dan manfaat ASI eksklusif.
3. Ibu tahu keunggulan dari pemberian ASI eksklusif .
4. Ibu tahu cara menyusui yang baik dan benar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil :

Target dalam sosialisasi pentingnya ASI ESklusif Dalam rangka menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi, UNICEF dan WHO merekomendasikan sebaiknya bayi hanya disusui air susu ibu (ASI) selama paling sedikit 6 bulan, dan pemberian ASI dilanjutkan sampai bayi berumur dua tahun (WHO, 2018). Agar ibu dapat mempertahankan ASI eksklusif selama 6 bulan, WHO merekomendasikan agar melakukan inisiasi menyusui dalam satu jam pertama kehidupan, bayi hanya menerima ASI tanpa tambahan makanan atau minuman, termasuk air, menyusui sesuai permintaan atau sesering yang diinginkan bayi, dan tidak menggunakan botol atau dot (WHO, 2018).

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan pada bulan Maret2022. Kegiatan diikuti oleh 20 pada ibu hamil dan ib u menyusui . Hasil pre test dan post test ditunjukkan di table berikut ini :

Tabel 1. Nilai Pre Test dan Post Test

Kode Peserta	Nilai Pre Test	Nilai Post Test
1	77,5	77,5
2	80	80
3	75	80
4	88	88
5	85	85
6	80	85
7	75	85
8	77,5	85
9	85	90
10	85	85
11	80	80
12	75	88
13	70	80
14	70	87
15	70	80
16	60	76
17	80	88
18	80	80
19	80	87
20	88	88
21	60	78
22	65	80
23	90	90
24	80	80
25	87,5	87,5

Dari Tabel 1 dapat diketahui bahwa hamper 78% peserta mengalami kenaikan hasil peserta mengalami kenaikan hasil tes saat post test. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan tentang pentignya ASI Eksklusif selama 6 bulan telah berhasil untuk menambah pengetahuan dari peserta. Antusias peserta ditinjaukan dengan banyaknya pertanyaan saat dibuka sesi tanya jawab

Pembahasan

Hasil post tes dan pre test memberikan hasil yang signifikan. Dua puluh peserta mengalami kenaikan hasil tes pengetahuan secara tertulis yang berisi 20 soal pilihan ganda. 10 peserta memiliki hasil yang sama antara pre test dan post test. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian (E Yuliani, 2012), ibu yang memiliki pengetahuan yang lebih baik akan lebih siap menghadapi proses menyusui..



Gambar 1. Sosialisasi Penyuluhan tentang ASI Eksklusif

SIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan Sosialisasi ASI Eksklusif ini meningkatkan pengetahuan para peserta dan dapat dilihat dari hasil akhir yang signifikan yaitu sejumlah 67% peserta mengalami kenaikan nilai. Kendala yang dihadapi dalam pelaksanaan pendidikan kesehatan ini adalah adanya keterbatasan dalam fasilitas pendukung untuk melakukan presentasi diantaranya tidak ada tayangan gambar/ slide dari LCD proyektor karena keterbatasan waktu dan kondisi. Untuk itu diharapkan peran dari pemerintah untuk sekiranya memberikan bantuan media dalam pemberian edukasi apapun karena sudah berada pada era digital.

REFERENSI

- Amran, Y., & Amran, V. Y. A., (2013). Gambaran pengetahuan ibu tentang menyusui dan dampaknya terhadap pemberian asi eksklusif. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*. 3(1): 52–61.
- Andika, F., Rahmi, N., Anwar, C., Husna, A., Safitri, F., (2020). The Analysis of Stunting Incidence Factors in Toddlers Aged 23-59 Months in the Work Area of the Padang Tiji Community Health Center, Pidie Regency, 2020. *International Journal of Science and Healthcare Research*, 6(1), 275–281.
- Barir, B., Murti, B., Pamungkasari, E. P.-J., (2019). The associations between exclusive breastfeeding, complementary feeding, and the risk of stunting in children under five years of age: a path analysis. *Journal of Maternal and Child Health*, 6(4), 486–498.
- Carolyn, B. T., Siauta, J. A., Amamah, N., Novelia, S., (2021). Analysis of Stunting among Toddlers at Mauk Health Centre Tangerang Regency. *Nursing and Health Sciences Journal*, 1(2): 118-24.
- Hossain, M., Islam, A., Kamarul, T., & Hossain, G., (2018). Exclusive Breastfeeding Practice During First Six Months of an Infant's Life in Bangladesh: A country-based cross-sectional study. *BMC Pediatrics*. 18(1): 1–9.
- Indrayati, N., Nurwijayanti, A.M., & Latifah, E.M., (2018). Perbedaan Produksi ASI Pada Ibu Dengan Persalinan Normal dan Sectio Caesarea. *Community of Publishing in Nursing*. 6(2): 95–104.
- Mataram, I. K. A. (2011). Aspek Imunologi Air Susu Ibu. *Jurnal Ilmu Gizi*. 2(1): 37–48).
- Rahmadhani, M. (2021). Risk Factors of Stunting In Pangkalan Kuras 2 Public Health Center at Pelalawan District, Riau Province. *Science Midwifery Journal*, 10(1), 117–122.
- Ramdhani, A., Ramdhani, M. A., & Amin, A. S. (2014). Writing a Literature Review Research Paper: A step-by-step approach. *International Journal of Basics and Applied Sciences*. 03(1): 47–56.
- Risadi, C., Mashabi, N., & Nugraheni, P. (2019). Pengaruh Pengetahuan Ibu Tentang Manajemen Laktasi Terhadap Perilaku Pemberian ASI Eksklusif. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 6, 25–32.
- Sahdani, F., Isaura, E. R., & Sumarmi, S. (2021). Association Between Exclusive Breastfeeding Practice, Taburia Supplementation, and Stunting Prevalence Among Children Aged 24–60 Months in Sidotopo Wetan, Surabaya. *Media Gizi Indonesia*, 16(2), 175.
- Saieda, M., Kalarikkal, Ennifer, L., & Pflighaar. (2021). *Breastfeeding*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing.

- Sajalia, H., Dewi, Y.L.R., Murti, B., (2018). Life Course epidemiology on the determinants of stunting in children under five in East Lombok, West Nusa Tenggara. *Journal of Maternal and Child Health*, 3(4), 242–251.
- Swanida, N., Malonda, H., Arthur, P., & Kawatu, T. (2020). History of Exclusive Breastfeeding and Complementary Feeding as a Risk Factor of Stunting in Children Age 36-59 Months in Coastal Areas. *Journal of Health, Medicine and Nursing*, 70, 52–57.
- Taufiqoh, S., Suryantoro, P., & Kurniawati, H. F. (2017). Maternal parity and exclusive breastfeeding history are significantly associated with stunting in children aged 12-59 months. *E-Journal.Unair. Ac.Id*, 25(2), 66–70.
- TNP2K. (2017). Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan. 100 Kabupaten /Kota Prioritas untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting). 1.
- Triana, N. Y., & Haniyah, S. (2019). Relationship of Exclusive Breastfeeding, Complementary Feeding and Nutritional Intake with Stunting in Children in Karanglewas Health Center. *International Conference on Community Health (ICCH 2019)*, 20, 74–78.
- Wijayanti, E. E. (2019). Hubungan Antara BBLR, ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 2-5 Tahun. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 7(1), 36–41.