

## Penyuluhan Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif Dan Manfaatnya Pada Ibu dan Bayi Di Desa Sopa Kecamatan Kindang Kab.Bulukumba

Husnul Khatimah<sup>1</sup>,Kurniati Akhfar<sup>2</sup>, Nadiatul khaera<sup>3</sup>  
<sup>1,2</sup>Akademi Kebidanan Tahirah Al Baeti Bulukumba, Indonesia  
[husnulkhatahidris27@gmail.com](mailto:husnulkhatahidris27@gmail.com)

### ABSTRAK

ASI eksklusif adalah pemberian ASI selama 6 bulan pertama masa kehidupan bayi tanpa asupan makanan ataupun minuman lain kecuali vitamin, obat dan oralit. ASI berfungsi sebagai antibodi pemenuhan asupan nutrisi bayi dan menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi. Air susu ibu adalah makanan terbaik bagi bayi baru lahir. Banyak penelitian yang membuktikan bahwa Air Susu Ibu merupakan makanan terbaik dan utama bagi bayi karena di dalam ASI terkandung antibodi yang diperlukan bayi untuk melawan penyakit-penyakit yang menyerangnya. ASI sudah diketahui keunggulannya, namun kecenderungan para ibu untuk tidak menyusui bayinya secara eksklusif semakin besar. Hal ini dipengaruhi oleh berbagai macam faktor, antara lain pekerjaan, usia dan pendidikan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan ibu mengenai manfaat ASI pada bayi dengan pemberian ASI eksklusif. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan melakukan penyuluhan dan membagikan leaflet untuk mengetahui perbedaan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif.

**Kata Kunci :** Pengetahuan, ASI Eksklusif, Ibu Nifas.

### ABSTRACT

*Exclusive breastfeeding is breastfeeding during the first 6 months of a baby's life without food or other drinks except vitamins, drugs and ORS. Breast milk functions as an antibody, fulfilling the nutritional intake of the baby and reduces the rate of morbidity and infant mortality. Breast milk is the best food for the baby when he/she was born. Many researches prove that breast milk is the best and primary food for the baby because in the breast milk contain an antibody that the baby need to resist any kind of disease. The excellence of breast milk has been prove, however the tendency of the mother not to give an exclusive breast milk to their baby is bigger. It is influenced by some factors, such as occupation, age, and education. This study to know the relation between the knowledge of the mother about usefulness of the breast milk for the baby with exclusive breast milk. The method used in this community service is to conduct counseling and distribute leaflets to find out the differences in mother's knowledge about exclusive breastfeeding*

**Keywords:** Knowledge, Exclusive Breastfeeding, Postpartum Mothers

## **PENDAHULUAN**

Program Pembangunan Nasional (PROPENAS) mengamanatkan bahwa pembangunan diarahkan pada meningkatnya mutu sumber daya manusia (SDM yang berkualitas). Modal dasar pembentukan manusia berkualitas dimulai sejak bayi dalam kandungan disertai dengan pemberian air susu ibu (ASI) sejak usia dini, terutama pemberian ASI eksklusif. Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan bayi yang terbaik dan setiap bayi berhak mendapatkan ASI, maka Departemen Kesehatan telah menerbitkan Surat Keputusan Menteri no.450/MENKES/SK/ IV/2004 tentang Pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif pada bayi di Indonesia.

Air susu ibu (ASI) adalah makanan terbaik bagi bayi baru lahir, baik bayi yang dilahirkan cukup bulan (matur) maupun kurang bulan (prematuur). Berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian ASI memberikan banyak keuntungan fisiologis maupun emosional. World Health Organization (WHO), American Academy of Pediatrics (AAP), American Academy of Family Physicians (AAFP) dan Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan dan pemberian ASI dilanjutkan sampai dua tahun.

Banyak penelitian yang membuktikan bahwa Air Susu Ibu merupakan makanan terbaik dan utama bagi bayi karena di dalam ASI terkandung antibodi yang diperlukan bayi untuk melawan penyakit penyakit yang menyerangnya. Pada dasarnya ASI adalah imunisasi pertama karena ASI mengandung berbagai zat kekebalan antara lain immunoglobulin.

Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2007 didapatkan data bahwa 95% balita di Indonesia pernah mendapatkan ASI, 44% bayi baru lahir mendapat ASI dalam satu jam setelah lahir dan 62% bayi mendapat ASI pada hari pertama namun hanya 32% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif sampai enam bulan.

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2010 menunjukkan pemberian ASI di Indonesia saat ini memprihatinkan, bayi yang menyusu eksklusif sampai enam bulan hanya 15,3%.<sup>5</sup> Data UNICEF menunjukkan sekitar 30 ribu kematian anak balita di Indonesia setiap tahunnya, dan 10 juta kematian balita di seluruh dunia setiap tahunnya, yang sebenarnya dapat dicegah melalui pemberian ASI eksklusif selama enam bulan sejak kelahiran bayi.

Angka Kematian Bayi di tingkat Propinsi, Sulawesi Selatan masih tergolong tinggi. Pada Profil Kesehatan Sulawesi Selatan tercatat jumlah kematian bayi pada tahun 2012 sebesar 861 bayi atau 5,93 per 1.000 kelahiran hidup. Pada tahun 2013 tercatat jumlah kematian bayi turun menjadi 558 kasus atau 3,80 per 1.000 kelahiran hidup. Faktor dapat menyebabkan adanya penurunan AKB diantaranya dukungan peningkatan akses pelayanan kesehatan masyarakat antara lain peningkatan cakupan imunisasi dasar sehubungan penyebab kematian bayi pada periode 1990 an antara lain dipteri dan campak.

Dalam profil kesehatan Indonesia dijelaskan bahwa beberapa penyebab kematian bayi dapat bermula dari masa kehamilan. Penyebab kematian bayi yang terbanyak adalah disebabkan karena pertumbuhan janin yang lambat, kekurangan gizi pada janin, kelahiran prematur dan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). Penurunan AKB juga dipengaruhi oleh akses seluruh bayi terhadap intervensi kunci seperti ASI eksklusif atau imunisasi dasar. Cakupan ASI eksklusif Kab. Bulukumba tahun 2014 sebesar 60%,

Air Susu Ibu (ASI) sudah diketahui keunggulannya, namun kecenderungan

para ibu untuk tidak menyusui bayinya secara eksklusif semakin besar. Hal ini dapat dilihat dengan semakin besarnya jumlah ibu menyusui yang memberikan makanan tambahan lebih awal sebagai pengganti ASI.

ASI merupakan makanan pokok bagi bayi yang baru lahir, dikarenakan kandungan ASI sangat cocok dan dibutuhkan bagi tubuh bayi yang barusaja lahir. Berikut ini beberapa penjelasan manfaat ASI eksklusif menurut beberapa sumber.

#### 1. Manfaat ASI Bagi Bayi

- a. Bayi yang diberi ASI 17 kali lebih jarang menderita pneumonia / radang paru oleh caesar (dalam Monika, 2016).
- b. Bayi yang diberi ASI lebih terlindungi dari penyakit sepsis/infeksi dalam darah yang menyebabkan kegagalan fungsi organ tubuh hingga kematian oleh Patel (dalam Monika, 2016).
- c. ASI dapat mengurangi resiko infeksi lambung-usus, sembelit, dan alergi (Ratih, 2009).
- d. ASI yang didapat bayi selama proses menyusui akan memenuhi kebutuhan nutrisi bayi sehingga dapat menunjang perkembangan

- otak bayi. Berdasarkan suatu penelitian anak yang mendapatkan ASI pada masa bayi mempunyai IQ yang lebih tinggi dibandingkan anak yang tidak mendapatkan ASI (Lesmana, Sandi, Mera & Nisman, 2011).
- f. Mengisap ASI membuat bayi mudah mengkoordinasi saraf menelan, mengisap dan bernafas menjadi lebih sempurna dan bayi menjadi lebih aktif dan ceria (Lesmana, Sandi, Mera & Nisman, 2011).

## 2. Manfaat ASI Bagi Ibu

- a. Memberikan ASI segera setelah melahirkan akan meningkatkan kontraksi rahim, yang berarti mengurangi resiko pendarahan (Novianti, 2009)
- b. Wanita menyusui memiliki angka insidensi terkena kanker payudara, kanker indung telur (ovarium), dan kanker endometri lebih rendah (Lesmana, Sandi, Mera & Nisman, 2011)
- c. Menjadi metode kontrasepsi yang paling aman dan efektif oleh vekemans (dalam Monika, 2016)

Berbagai alasan dikemukakan oleh ibu-ibu sehingga dalam pemanfaatan ASI secara eksklusif kepada bayinya rendah,

antara lain adalah pengaruh iklan/ promosi pengganti ASI, ibu bekerja, lingkungan sosial budaya, pendidikan, pengetahuan yang rendah serta dukungan suami yang rendah.

Beberapa faktor yang mempengaruhi produksi ASI yaitu faktor fisik dan psikologis ibu. Kedua faktor tersebut jika tidak terpenuhi maka produksi ASI tidak akan lancar, begitupun dengan faktor fisik terutama mengenai asupan gizi ibu yang mencukupi, seimbang dan sehat, serta faktor kesehatan ibu. Faktor psikologis terdiri dari rasa nyaman, tenang dan berfikiran positif. Serta dukungan dari orang terdekat seperti suami dan keluarga (Juliastuti & Sulastri, 2018; Sampara & Ernawati, 2020).

Menyusui sejak dini mempunyai dampak yang positif baik bagi ibu maupun bayinya. Bagi bayi, menyusui mempunyai peran penting untuk menunjang pertumbuhan, kesehatan, dan kelangsungan hidup bayi karena ASI kaya dengan zat gizi dan antibody serta membantu perekonomian keluarga. Sedangkan bagi ibu, menyusui dapat mengurangi morbiditas dan mortalitas karena proses menyusui akan merangsang kontraksi uterus sehingga mengurangi perdarahan pasca melahirkan (postpartum) (Syamsul, Alam, & Syahrir, 2016).

Kualitas anak tidak akan lepas dari pertumbuhan dan perkembangan khususnya pada masa balita. Sedangkan salah satu factor yang berpengaruh pada pertimbangan bayi adalah nutrisi yang didapatkan. Pada dasarnya ASI adalah satu-satunya makanan yang paling sesuai dengan kebutuhan bayi tanpa tambahan makanan pendamping paling sedikit 4 bulan pemberian dan paling lama 6 bulan. Sebanyak 50% ibu-ibu dusun karangan belum mengetahui tentang manfaat ASI yang paling penting bagi bayi (Nugraheny & Alfiah, 2015). Karena ketidak tahuannya dan mungkin karena kesibukannya ibu-ibu memberikan susu formula pada anaknya yang di rasa susu formula sama kandungannya dengan ASI.

Namun pada kenyataannya masih sedikit penduduk terutama wanita yang benar-benar tahu tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif. Oleh karena itu penulis merasa perlu memberikan penyuluhan tentang pentingnya ASI dan manfaatnya. Setelah diberikan penyuluhan tentang pentingnya ASI dan manfaatnya diharapkan ibu mengerti tentang pentingnya ASI dan dapat memberikan ASI sesuai dengan kebutuhan bayi sehingga memperoleh nutrisi yang kuat untuk tumbuh kembang secara optimal.

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan penyuluhan ini berlangsung pada hari selasa tanggal 16 November 2021 pukul 09.00 Wita sampai selesai di Desa Sopa Kecamatan Kindang Kab. Bulukumba dengan jumlah responden ibu nifas sebanyak 30 orang. Kegiatan pengabdian yang dilakukan berupa penyuluhan kepada tentang pentingnya ASI eksklusif pada bayi dan ibu. Tahap pertama, diberikan penyuluhan terkait ASI eksklusif pada ibu nifas dengan menggunakan Power point dan membagikan leaflet pada ibu.

## **EVALUASI.**

Setelah dilakukan penyuluhan responden mengetahui dan siap untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Selain dari segi nutrisi juga sangat membantu dalam segi ekonomi. Dan diharapkan para ibu menyusui menambah pengetahuan, wawasan dan mencari informasi yang sebanyak- banyaknya tentang cara menyusui yang benar serta meningkatkan hubungan antar individu.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan penyuluhan tentang Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif dan manfaatnya pada ibu dan bayi telah terlaksana dengan baik berdasarkan perencanaan didasarkan pada antusiasme

ibu yang terlibat berpartisipasi dalam kegiatan ini, dengan adanya beberapa pertanyaan.



**Gambar**

Dokumentasi Persiapan Kegiatan



**Gambar**

Dokumentasi Penyuluhan



**Gambar**

Dokumentasi Setelah Kegiatan

## **KESIMPULAN**

Kegiatan penyuluhan tentang Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif dan manfaatnya pada ibu dan bayi telah terlaksana pada hari selasa tanggal 16 November 2021 pukul 09.00 Wita sampai selesai di Desa Sopa Kecamatan Kindang Kab. Bulukumba dengan jumlah responden ibu nifas sebanyak 30 orang. Hasil kegiatan penyuluhan tentang Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif dan manfaatnya pada ibu dan bayi telah terlaksana dengan baik berdasarkan perencanaan didasarkan pada antusiasme ibu yang terlibat berpartisipasi dalam kegiatan ini, dengan adanya beberapa pertanyaan serta siap untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya.

**DAFTAR PUSTAKA**

Roesli U. Mengenal ASI Eksklusif. Edisi ke-3. Jakarta: Trubus Agriwidya, 2005

Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: 2007.

Suradi R, Hegar B, Partiw AN, Marzuki NS, Ananta Y. Indonesia Menyusui. Badan Penerbit IDAI. Jakarta: 2010. hal 108:255-6.

RISKESDAS, Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi Baru Lahir, <http://health.detik.com/read/2011/03/29/125146/1603616/746/hanya-15-persen-bayi-indonesia-yangdiberi-asi-eksklusif>.

Salfina, Elmida. Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Ibu Dalam Pemberian ASI Eksklusif di Kecamatan Tebet. Jurnal Kesehatan Masyarakat UI. Jakarta: 2003.

Elinofia. Hubungan Pendidikan, Pengetahuan, Pekerjaan dan Dukungan Keluarga dengan Pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Sawah Lebar. Bengkulu: 2011

Rahayu, D. (2018). Hubungan Breastfeeding Self Efficacy Dengan Keberhasilan Pemberian Asi Eksklusif. Jurnal Ilmu Kesehatan, 7(1), 247.

Syamsul, Alam, & Syahrir, S. (2016). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Teknik Menyusui Pada Ibu Di Puskesmas Patallang Kabupaten Takalar. Al-Sihah : Public Health Science Journal, 8(2), 1–9. <https://doi.org/2548-533>