

Penyuluhan ASI Eksklusif pada Ibu Nifas

Yuni Kristiani Tumani^{ID}, Enggar^{ID}, Ni Made Rosiyana^{ID}, Novita Lestari

Akademi Kebidanan Palu Sulawesi Tengah, Palu, Indonesia

Email: yukitumani@gmail.com



Received: 20-04-2022

Accepted: 29-06-2022

Published: 30-06-2021

ABSTRAK

Pendahuluan: Cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2020 yaitu sebesar 66,06% (melampaui target Renstra tahun 2020 yaitu 40%). cakupan bayi mendapat ASI eksklusif Sulawesi Tengah tahun 2020 yaitu sebesar 61,9%. Meskipun cakupan bayi mendapat ASI eksklusif melampaui target Renstra, penyuluhan terkait ASI eksklusif tetap harus dilakukan, dikarenakan berkurangnya pemberian ASI akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan sumber daya manusia di masa depan. **Tujuan** pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian ASI eksklusif. **Metode:** kegiatan penyuluhan dilakukan kepada 30 ibu menyusui dengan menggunakan leaflet dan banner tentang ASI eksklusif. **Hasil:** terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif, dimana dari hasil wawancara ibu mau memberikan bayinya secara eksklusif. Materi penyuluhan tersampaikan dengan baik, selama kegiatan peserta penyuluhan sangat aktif dan antusias dalam sesi tanya jawab, peserta merasa bahagia dengan adanya penyuluhan ini. Diharapkan setelah penyuluhan tentang ASI eksklusif, kebutuhan bayi selama 6 bulan pertama pasca lahir dapat terpenuhi.

Kata Kunci: Penyuluhan; Pengetahuan; ASI eksklusif.

ABSTRACT

Introduction: The coverage of infants receiving exclusive breastfeeding in 2020 is 66.06% (exceeding the 2020 Strategic Plan target of 40%). The coverage of infants receiving exclusive breastfeeding in Central Sulawesi in 2020 is 61.9%. Although the coverage of infants receiving exclusive breastfeeding exceeds the strategic plan target, counseling related to exclusive breastfeeding must still be carried out, because reduced breastfeeding will affect the growth and development of human resources in the future. The **Purpose** of this community service is to increase mother's knowledge about exclusive breastfeeding. **Methods:** outreach activities were carried out to 30 breastfeeding mothers in Loru village using leaflets and banners about exclusive breastfeeding. **Results:** there is an increase in mother's knowledge about exclusive breastfeeding, where breastfeeding mothers want to give their babies exclusively breast milk. The counseling material was conveyed well, as long as the counseling participants were very active and enthusiastic in the question and answer session, the participants felt happy with this counseling, it was hoped that after counseling on exclusive breastfeeding, the baby's needs during the first 6 months after birth could be met.

Keywords: Counseling; Knowledge; exclusive breastfeeding.



© 2022 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan utama dan terbaik bagi bayi, karena mengandung banyak zat gizi yang dibutuhkan bayi. ASI dapat melindungi bayi dari alergi, obesitas, infeksi saluran pencernaan dan infeksi saluran pernapasan. Selain itu ASI juga dapat membentuk perkembangan intelegensia dan perkembangan

emosional, dapat meningkatkan daya tahan tubuh dan dapat mengurangi risiko kematian pada bayi (Giuliani et al., 2020). Pemberian ASI eksklusif dapat menurunkan risiko kejadian stunting pada anak (Nurfatihmah, Ramadhan, Entoh, Longgupa, & Hafid, 2021; Ramadhan, Nurfatihmah, et al., 2022).

World Health Organization (WHO) merekomendasikan untuk ibu memberikan bayinya ASI segera setelah lahir tanpa makanan tambahan lainnya. Pengenalan makanan tambahan penlengkap nutrisi bayi akan diberikan setelah bayi berusia 6 bulan (World Health Organization, 2015). ASI eksklusif adalah pemberian ASI selama 6 bulan pertama kehidupan bayi tanpa makanan atau minuman tambahan lainnya. WHO dan AAFP (American Academy of Family Physicians) Ikatan Dokter Anak merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama dan dilanjutkan sampai bayi berusia 2 tahun (Giuliani et al., 2020).

Dari data cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2020 yaitu sebesar 66,06%. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2020 yaitu 40%. Untuk Sulawesi Tengah sendiri cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2020 yaitu sebesar 61,9% (Kementerian Kesehatan R.I., 2020). Meskipun pada tahun 2020 cakupan bayi mendapat ASI eksklusif melampaui target Renstra, penyuluhan terkait ASI eksklusif tetap harus dilakukan, dikarenakan berkurangnya pemberian ASI akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan sumber daya manusia di masa depan.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor penting dalam pemberian ASI eksklusif. Penelitian Nurfatihmah, dkk (2022) menunjukkan 100% ibu yang pengetahuannya baik memberikan ASI eksklusif pada anaknya (Nurfatihmah et al., 2022). Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan ibu adalah dengan pemberian penyuluhan. Penelitian yang dilakukan oleh Sari, dkk (2018) menerangkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif dari sebelum dan sesudah penyuluhan (Sari et al., 2018). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Kasmawati, dkk (2021) bahwa terjadi peningkatan rata-rata (13%) pengetahuan Ibu tentang ASI eksklusif setelah diberikan penyuluhan (Kasmawati, Longgupa, Ramadhan, Nurfatihmah, & Sitorus, 2021).

Penyuluhan ASI eksklusif dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang pentingnya ASI diberikan secara eksklusif. Konseling laktasi yang intensif meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu tentang pemberian ASI eksklusif (Nurfatihmah, Entoh, & Ramadhan, 2019). Melalui penyuluhan diharapkan adanya perubahan sikap yang dialami oleh ibu menyusui. Pengabdian masyarakat ini ditujukan untuk ibu-ibu menyusui yang ada di desa Loru Kabupaten Sigi sehingga pengetahuan tentang ASI eksklusif bertambah, dan ibu dapat memberikan ASI kepada bayinya secara eksklusif. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian ASI eksklusif.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan bagian dari kegiatan Praktik Kebidanan Komunitas Daerah Binaan Akademi Kebidanan Palu yang diselenggarakan pada 6 November 2021 di desa Loru, Kecamatan Sigi, Kabupaten Sigi. Penyuluhan ini diikuti oleh 30 ibu menyusui.

Adapun alur pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat sebagai berikut:



Gambar 1 Tahapan pelaksanaan kegiatan

Dalam kegiatan penyuluhan ASI eksklusif penyampaian materi menggunakan leaflet dan banner, dijelaskan tentang apa itu ASI eksklusif, manfaat pemberian ASI secara eksklusif, komponen ASI, faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI. Kemudian dilakukan sesi tanya jawab, sehingga diharapkan dari penyuluhan tersebut ibu dapat memberikan bayinya ASI eksklusif. Dari evaluasi yang dilakukan dari 30 ibu menyusui, ibu menjadi paham tentang ASI eksklusif, pentingnya bayi mendapatkan ASI sebagai makanan utama, dan ibu mau memberikan bayinya ASI secara eksklusif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan ASI eksklusif dilakukan pada ibu-ibu menyusui di desa Loru. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini bekerja sama dengan Puskesmas Biromaru, Bidan Desa Loru, Kader Posyandu, dan Satgas Covid-19 Puskesmas Biromaru. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan menerapkan protokol Covid-19, dimana kegiatan berjalan dengan baik dan lancar, peserta yang ikut aktif dan antusias selama kegiatan, baik saat penyuluhan maupun pada saat sesi tanya jawab dengan pemateri. Peserta penyuluhan sangat bahagia dengan adanya kegiatan penyuluhan ini, sehingga mereka lebih paham tentang ASI eksklusif, dan diharapkan kebutuhan bayinya selama 6 bulan pasca lahir dapat terpenuhi dengan baik.



Gambar 2 Penyuluhan ASI eksklusif



Gambar 3 Peserta penyuluhan

Salah satu faktor pendorong gagalnya pemberian ASI eksklusif adalah tidak adanya motivasi ibu untuk memberikan ASI eksklusif dikarenakan kurangnya pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif (Made Ririn Sri Wulandari, I Nyoman Suartha, & Ni Luh Putu Dharmawati, 2021). Kurangnya pengetahuan ini disebabkan oleh kurangnya penyuluhan yang diberikan pada fasilitas kesehatan oleh bidan tentang menyusui pada saat ibu melakukan pemeriksaan (Afifah, 2007). Salah satu faktor yang dapat membentuk kemampuan dan keterampilan seseorang adalah pengetahuan. Pengetahuan merupakan faktor penting yang mempengaruhi perilaku seorang ibu dalam memberikan ASI eksklusif, juga dalam menghadapi masalah yang berhubungan dengan pemberian ASI (Igirisa, Sujawaty, D.Y, & Oktaviani, 2020).

Bayi diberikan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupannya dan diberikan ASI lanjutan yang disertai makanan pendamping hingga dua tahun pertama kehidupan bayi (Kementerian Kesehatan R.I., 2021). Pemberian ASI secara eksklusif

telah diatur dalam UU No. 36 tahun 2009 tentang Kesehatan pasal 128 dan PP No. 33 tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif pasal 6. Dari kedua pasal tersebut dijelaskan bahwa setiap bayi berhak mendapatkan ASI eksklusif sejak dilahirkan selama 6 bulan, dan ibu harus memberikan ASI eksklusif kepada bayi yang dilahirkannya, serta dalam pemberian ASI, baik keluarga, pemerintah dan masyarakat harus mendukung ibu secara penuh.

Penelitian yang dilakukan oleh Nur Asiah pada ibu yang memiliki bayi 7-24 bulan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang rendah (70,6%) tentang ASI eksklusif, sehingga perlu adanya upaya peningkatan pengetahuan yang dilakukan, salah satunya adalah melalui penyuluhan tentang ASI eksklusif (Asiah, 2016). Kegiatan penyuluhan yang dilakukan oleh Pratiwi, dkk (2020) tentang stimulus pemberian asi eksklusif dengan media leaflet, setelah dilakukan evaluasi melalui tanya jawab diketahui bahwa terjadi perubahan pengetahuan yang dari belum tahu berubah menjadi tahu tentang ASI eksklusif, dengan rata-rata pengetahuan tentang ASI eksklusif sebesar 75% (Pratiwi, Nurjanah, & Windiyani, 2020). Pemberian informasi kesehatan secara tepat waktu dan benar melalui komunikasi tentang ASI eksklusif maka akan meningkatkan pemberian ASI eksklusif sehingga dapat mencapai target pemerintah yaitu 80% (Priyoto, 2014).

Literatur review yang dilakukan oleh Sari dan Ratnasari (2021) pada 20 jurnal (literatur tahun 2016-2020) didapatkan bahwa ada pengaruh penyuluhan pada ibu hamil tentang pemberian ASI eksklusif, dimana pengaruh ini berasal dari berbagai macam metode penyuluhan yaitu dengan menggunakan metode *flip chart*, metode leaflet dan metode buku saku (Sari & Ratnasari, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Enggar dan Idris (2019) menerangkan bahwa penyuluhan ASI eksklusif menggunakan audio visual mempengaruhi pengetahuan ibu, namun tidak mempengaruhi sikap ibu (Idris & Enggar, 2019). Namun yang perlu diketahui bahwa, meskipun terjadi peningkatan pengetahuan pada ibu menyusui tentang pentingnya ASI eksklusif, dukungan dari suami, keluarga, dan tenaga kesehatan sangat penting untuk keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Selain itu juga perlu adanya kelompok pendukung ASI eksklusif yang dapat meningkatkan motivasi dan pengetahuan serta keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Olehnya itu perlu dibentuk kelompok pendukung seperti AYAH ASI untuk mendukung keberhasilan menyusui pada istri (Ramadhan, Entoh, Nurfatimah, & Aminuddin, 2022). Penelitian lain yang dilakukan Yuniati (2017) menunjukkan bahwa ibu yang mendapatkan dukungan kelompok pendukung ASI memberikan ASI eksklusif sebesar 86,4% (Yuniyanti, 2017). Penelitian yang dilakukan Sringati (2016) menunjukkan bahwa pengetahuan dan motivasi memiliki hubungan yang bermakna terhadap pemberian ASI eksklusif (Sringati, Walean, Ahmil, Fitrihanur, & Pangli, 2016).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan, dari hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan tentang ASI eksklusif, dan perubahan sikap ibu yang mau memberikan ASI eksklusif untuk bayinya. Diharapkan penyuluhan terkait dengan ASI eksklusif ataupun faktor yang mendukung pemberian ASI eksklusif senantiasa rutin dilakukan setiap bulannya pada kegiatan posyandu, baik itu pada ibu nifas dan menyusui, ataupun pada ibu hamil untuk persiapan pememberian ASI eksklusif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih diucapkan kepada pihak Pemerintah Desa Loru, Puskesmas Biromaru, Bidan desa Loru, Kader Posyandu, Satgas Covid-19 Puskesmas Biromaru,

para peserta penyuluhan, dan kepada semua pihak yang turut membantu dan berpartisipasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, D. N. (2007). *Faktor yang Berperan dalam Kegagalan Praktik Pemberian ASI Eksklusif* (Universitas Diponegoro). Universitas Diponegoro. Retrieved from <http://eprints.undip.ac.id/17024/>
- Asiah, N. (2016). Pengetahuan Ibu Tentang Pemberian Asi Eksklusif. *Arkesmas*, 1(1), 36–44. Retrieved from <https://journal.uhamka.ac.id/index.php/arkesmas/article/view/93/>
- Giuliani, C., Li Volsi, P., Brun, E., Chiambretti, A., Giandalia, A., Tonutti, L., ... Napoli, A. (2020). Breastfeeding during the COVID-19 pandemic: Suggestions on behalf of woman study group of AMD. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 165, 108239. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2020.108239>
- Idris, I., & Enggar, E. (2019). Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Audio Visual tentang ASI Eksklusif terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil. *Jurnal Bidan Cerdas*, 1(2), 51–58. <https://doi.org/10.33860/jbc.v1i2.120>
- Igirisa, Y., Sujawaty, S., D.Y, F., & Oktaviani, A. (2020). *Menyukkseskan Asi Eksklusif Melalui Pendampingan Ibu Menyusui Pada Masa Pandemi Covid 19 : Community Empowerment Inefforts To Succesing Exclusive Breastfeeding Through the Assistance of Breastfeeding Motherin the Covid 19 Pandemic*. 410–416. Retrieved from <http://prosiding.respati.ac.id/index.php/PSN/article/download/307/299>
- Kasmawati, K., Longgupa, L. W., Ramadhan, K., Nurfatimah, N., & Sitorus, S. B. M. (2021). Pendidikan Kesehatan untuk Meningkatkan Cakupan Pemberian ASI Eksklusif di Desa Patirobajo Kabupaten Poso. *Community Empowerment*, 6(4), 666–669. <https://doi.org/10.31603/ce.4493>
- Kementerian Kesehatan R.I. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Jakarta: Kementerian Kesehatan R.I. Retrieved from <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf>
- Kementerian Kesehatan R.I. (2021). *Buku KIA (Kesehatan Ibu dan Anak)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan R.I. Retrieved from <https://gizi.kemkes.go.id/katalog/buku-kia.pdf>
- Made Ririn Sri Wulandari, I Nyoman Suartha, & Ni Luh Putu Dharmawati. (2021). Hubungan Motivasi Ibu Menyusui Dengan Keberhasilan Pemberian Asi Eksklusif. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, 4(2), 33–39. <https://doi.org/10.36474/caring.v4i2.164>
- Nurfatimah, Entoh, C., & Ramadhan, K. (2019). Pengaruh Konseling Laktasi terhadap Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Mapane Kabupaten Poso. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia (JPKMI)*, 6(1), 1–6. <https://doi.org/10.20527/jpkmi.v6i1.6869>
- Nurfatimah, N., Labusa, P., Noya, F., Longgupa, L. W., Entoh, C., Siregar, N. Y., ... Usman, H. (2022). Sosial Ekonomi dan Pengetahuan Ibu Terhadap Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Sehat Mandiri*, 17(1), 99–114. <https://doi.org/10.33761/jsm.v17i1.585>
- Nurfatimah, N., Ramadhan, K., Entoh, C., Longgupa, L. W., & Hafid, F. (2021). Continuity of Midwifery Care Implementation to Reduce Stunting. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(E), 1512–1516. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.7062>
- 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), 26–31. Retrieved from <https://online-journal.unja.ac.id/JSSM/article/view/9690>
- Priyoto. (2014). *Teori Sikap dan Perilaku dalam Kesehatan: Dilengkapi Contoh Kuesioner*. Yogyakarta: Nuha Medika. Retrieved from <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=1061597>

- Ramadhan, K., Entoh, C., Nurfatimah, & Aminuddin. (2022). Inisiasi Pembentukan Ayah ASI: Pentingnya Dukungan Suami dalam Keberhasilan Menyusui. *Jurnal Masyarakat Mandiri (JMM)*, 6(1), 611–619. Retrieved from <https://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/6541/>
- Ramadhan, K., Nurfatimah, N., Hafid, F., Hartono, R., Zakaria, Z., & Bohari, B. (2022). Improving the Healthy Family Index to Prevent Stunting among Children aged 0–59 Months in Indonesia. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(E), 752–757. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.7343>
- Sari, M. P., & Ratnasari, F. (2021). Pengaruh Penyuluhan Ibu Hamil Terhadap Pemberian ASI Eksklusif. *Malahayati Nursing Journal*, 3(4), 656–660. <https://doi.org/10.33024/mnj.v3i4.5016>
- Sari, T. W., Wulandari, F. S., Hidayat, M. H., Amelia, N., Nasution, S., & Yuriati, Y. (2018). Perbedaan Pengetahuan Ibu Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Tentang ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap Kota Pekanbaru 2018. *Collaborative Medical Journal*, 1(2), 58–65. Retrieved from <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/cmj/article/view/522>
- Sringati, Walean, J., Ahmil, Fitrihanur, W. L., & Pangli, V. U. (2016). Hubungan Pengetahuan dan Motivasi Ibu terhadap Pemberian ASI Eksklusif di Desa Jono'Oge. *Healthy Tadulako Journal*, 2(1), 58–67. Retrieved from <http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/HealthyTadulako/article/view/5746>
- World Health Organization. (2015). Breastfeeding. Retrieved 30 March 2022, from <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/breastfeeding#>
- Yuniyanti, B. (2017). Efektivitas Kelompok Pendukung ASI (KP-ASI) Eksklusif terhadap Perilaku Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 11(1), 48–54. Retrieved from <https://www.neliti.com/id/publications/227220/efektivitas-kelompok-pendukung-asi-kp-asi-eksklusif-terhadap-perilaku-pemberian>