

**PENYULUHAN ASI EKSKLUSIF DALAM RANGKA
MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU DAN
PELAKSANAAN ASI EKSKLUSIF DALAM RANGKA
MENURUNKAN ANGKA KEJADIAN INFEKSI DAN ANGKA
KEMATIAN BAYI DI RUANG BAYI SEHAT RUMAH SAKIT
UMUM DAERAH TABANAN**

NP Aniek Mahayani¹⁾, Sri Utami²⁾

¹⁾Departemen Ilmu Kesehatan Anak RSUD Tabanan

²⁾Bidan RSUD Tabanan

Email: aniekmahayan@gmail.com

ABSTRACT

Breast milk (ASI) is a liquid that comes out of a mother's breast who has just given birth which is specially created for her baby. Exclusive breast milk (ASI) is breastfeeding the baby for 6 months without any additional fluids except drugs. There are some factors that affect the success of exclusive breastfeeding both internal and external factors of the mother, also influenceable and non-influenceable factors. Mother's internal factors are nutritional status, education level, and age, as for external factors consist of the influence of the mass media, knowledge of exclusive breastfeeding, and whether there is guidance from health workers. the mother's knowledge factor plays a major role in a success breast-feed. Mothers who have sufficient knowledge about the benefits of breastfeeding will feel more convinced and confident to exclusively breastfeed their babies. This PKM activity aims to increase mother's knowledge about breastfeeding and the benefits of exclusive breastfeeding. The activity begins with socialization to mothers who has given birth, and pregnant women who carry out the pregnancy control to the obstetrics poly, implementation and evaluation of activities in the form of pretest and posttest. From the results of PKM activities, it is found that there are 85% increase of mother's knowledge about breastfeeding and the benefits of exclusive breastfeeding. The activity outcome of exclusive breastfeeding is 60% after 6 months evaluation.

Keywords: ASI, ASI Eksklusif, Pengetahuan Ibu, Penyuluhan

1. Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan yang keluar dari tubuh ibu yang baru melahirkan yang diciptakan secara khusus untuk bayinya. ASI merupakan nutrisi bayi yang paling baik, praktis, murah dan bersih karena langsung diminum dari sumbernya yaitu payudara ibu. ASI mengandung semua zat gizi dan cairan yang dibutuhkan bayi untuk memenuhi kebutuhan gizi

pada 6 bulan pertama kehidupan bayi. Jenis ASI terbagi menjadi 3 yaitu kolostrum yang paling banyak mengandung antibodi, ASI masa peralihan dan ASI *mature*. Kolostrum adalah susu yang keluar pertama, kental, berwarna kuning dengan mengandung protein tinggi dan sedikit lemak (Walyani dan Purwoastuti, 2015).

Air susu ibu (ASI) eksklusif adalah pemberian ASI sedini mungkin setelah persalinan yang diberikan tanpa jadwal dan tidak diberi makanan maupun minuman tambahan lainnya sekalipun hanya air putih, sampai bayi berumur 6 bulan. Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang paling ideal dan paling baik bagi bayi. ASI mengandung semua unsur zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi dan sangat mencukupi hingga bayi berusia 6 bulan. Pelaksanaan ASI eksklusif adalah indikator program pemerintah dalam melaksanakan Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi dalam rangka seribu hari pertama kehidupan (Gerakan 1000 HPK), gerakan 1000 hari ini dimulai dari masa kehamilan ibu hingga anak tersebut berusia 2 tahun (Kementrian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat RI, 2013).

Pada negara-negara yang sudah melakukan survey terkait dengan pemberian ASI eksklusif, mendapatkan bahwa persentase pemberian ASI eksklusif masih cukup rendah, seperti misalnya di Canada pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan adalah 13,8 persen (Al-Sahab, *et al.*, 2010), sedangkan di Amerika didapatkan hanya 10 persen (Li., *et al.*, 2002). Di Singapura dilakukan beberapa survey terhadap tiga etnis yaitu Cina, Melayu dan India mendapatkan cakupan yang juga cukup rendah yaitu 21,1 persen meskipun pada awal bulan pemberian ASI cukup tinggi persentasenya (Foo, *et al.*, 2005). Di Indonesia, persentase pelaksanaan ASI eksklusif masih cukup rendah berdasarkan data Riskesdas tahun 2013 yaitu 30,2 persen hal ini belum mencapai target nasional yaitu 80 persen (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2013).

Air susu ibu adalah nutrisi terbaik untuk bayi 0 - 6 bulan masih belum dimengerti oleh sebagian besar masyarakat. Namun sesungguhnya selain mengandung zat gizi yang baik bagi bayi, ASI juga mengandung zat imun yang dapat melindungi bayi dari infeksi. Hal ini telah dinyatakan dalam penelitian yang sudah dilakukan oleh Landomenaou F, dkk dimana pada penelitian tersebut dinyatakan bahwa dengan melaksanakan ASI eksklusif anak akan

terlindung dari infeksi dan mengurangi keparahan pada periode infeksi (Ladomenou, *et al.*, 2010).

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pelaksanaan ASI eksklusif yaitu faktor internal dari ibu maupun eksternal. Terdapat faktor yang bisa dipengaruhi ada dan ada juga faktor yang tidak dapat dipengaruhi atau dirubah baik dari faktor internal maupun eksternal. Faktor internal antara lain usia ibu, status gizi ibu, dan tingkat pendidikan, sedangkan faktor eksternal adalah pengetahuan tentang ASI eksklusif, tenaga kesehatan dan media massa (Ambarwati, dkk., 2013). Selain itu terdapat beberapa alasan mengapa ibu tidak mampu memberikan ASI eksklusif adalah ibu harus bekerja, produksi ASI yang kurang, gencarnya promosi susu formula dan adanya ketidak pahaman dari ibu tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif, padahal sudah banyak diketahui bahwa keuntungan atau manfaat pemberian ASI bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi sangat besar.

2. Metode Pemecahan Masalah

Dari beberapa kajian tentang faktor determinan yang berhubungan dengan pemberian ASI eksklusif diketahui bahwa faktor yang paling sering muncul adalah faktor pengetahuan ibu mengenai pentingnya pemberian ASI serta dukungan keluarga baik dari pasangan maupun orangtua (Sirait, dkk., 2014). Ada juga beberapa penelitian yang menyatakan bahwa pengetahuan ibu, dukungan suami, budaya dan dukungan dari tenaga kesehatan adalah merupakan faktor determinan yang sangat berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif .

Pengetahuan mengenai manfaat pelaksanaan ASI eksklusif oleh ibu kepada bayi sangat diperlukan agar ibu tidak mudah dipengaruhi oleh banyak faktor luar yang nantinya tidak mendukung pelaksanaan ASI eksklusif. Selain itu dukungan orang terdekat juga penting agar tumbuh rasa percaya diri ibu untuk memberikan ASI kepada bayinya secara eksklusif. Beberapa penelitian juga menyebutkan bahwa produksi ASI akan lancar jika kondisi psikologis ibu juga bagus (Walyani dan Purwoastuti, 2015). Oleh karena itu, ibu harus tenang tidak boleh merasa stres dan gelisah secara berlebihan. Dukungan dari keluarga terutama suami dan orang tua penting bagi keberhasilan pemberian ASI.

Usaha-usaha dalam meningkatkan pemberian ASI eksklusif yang sudah banyak dilakukan adalah konseling, dan pendampingan oleh keluarga dan hipnolaktasi. Banyak

penelitian menunjukkan bahwa konseling atau penyuluhan/edukasi tentang pemberian ASI eksklusif menjadi usaha yang paling sering dilakukan dan juga pendampingan oleh keluarga dan tenaga kesehatan (Sirait, dkk., 2014). Usaha berupa konseling akan lebih berguna bila dilakukan sejak pre-natal hingga ibu menyusui. Banyak penelitian menyimpulkan bahwa konseling pada masa prenatal mempunyai pengaruh terhadap pemberian ASI sampai 4-6 minggu, sedangkan konseling yang dilakukan pada saat prenatal dan postnatal berdampak terhadap pemberian ASI eksklusif sampai usia 6 bulan (Imdad, *et al.*, 2011). Hasil penelitian lain juga menunjukkan hasil yang sama yaitu jika konseling dilakukan secara intensif saat pre dan post-natal dapat meningkatkan pelaksanaan pemberian ASI eksklusif pada bayi (Safitri, dkk., 2017). Konseling ini diberikan dengan tujuan untuk meningkatkan pemberian ASI yang dapat diberikan baik secara individu ataupun kelompok ibu hamil (Haroon, *et al.*, 2013).

Penyuluhan ini memiliki tujuan utama yaitu untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai manfaat ASI pada bayi dan ibu, sehingga nantinya dapat memotivasi ibu untuk memberikan ASI hingga bayi berusia 6 bulan. Banyak penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap pemberian ASI eksklusif. Upaya menambah pengetahuan ibu secara efektif harus dilakukan secara intensif mulai saat hamil hingga menyusui dan akan lebih efektif lagi bila disertai dengan pendampingan oleh keluarga dekat atau konselor yang sudah diberi pelatihan sehingga keberhasilan pemberian ASI eksklusif juga dipengaruhi oleh adanya dukungan dari keluarga dekat seperti suami, orang tua dan tenaga kesehatan.

Untuk meningkatkan pelaksanaan pemberian ASI Eksklusif diperlukan pengetahuan dan keyakinan ibu untuk dapat memberikan ASI secara eksklusif sesuai anjuran pemerintah. Untuk meningkatkan pengetahuan dan keyakinan ibu dalam memberikan ASI Eksklusif maka FKIK Warmadewa melakukan pengabdian masyarakat melalui penyuluhan dan peragaan cara pemberian ASI yang benar terhadap ibu-ibu hamil dan post natal di Ruang bayi sehat RSUD Tabanan.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan melakukan koordinasi dengan kepala ruangan dan bidan-bidan yang bertugas di ruang bayi sehat terutama terkait dengan waktu pelaksanaan, materi yang akan dibawakan seperti pengetahuan tentang ASI seperti kandungan ASI, manfaat

ASI untuk bayi, manfaat ASI untuk Ibu, manfaat untuk keluarga dll, serta peragaan peragaan cara menyusui yang benar.

Kegiatan ini dilaksanakan secara offline dengan mengedepankan protokol kesehatan dengan membatasi peserta cukup 25 orang, menjaga jarak dan memakai masker. Penyuluhan dilakukan oleh dr Ni Putu Aniek mahayani SpA dibantu oleh Bidan Nyoman Sri Utami dalam memberikan peragaan cara menyusui yang benar melalui boneka bayi dan dilakukan juga pemutaran video tentang cara menyusui yang benar. Sebelum penyuluhan peserta diminta untuk mengerjakan pre test dan setelah selesai penyuluhan dilakukan tanya jawab yang sangat antusias dari peserta dan untuk mengetes sejauh mana peserta sudah mengerti tentang materi yang diberikan peserta juga harus mengerjakan post test. Diakhir acara peserta mendapatkan *goodie bag* peralatan bayi. Diharapkan dengan penyuluhan tentang manfaat ASI dan peragaan tentang menyusui yang benar pada acara ini, peserta menjadi mengerti dan lebih percaya diri dan yakin dapat memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya dan juga bisa membagikan pengetahuan ini kepada masyarakat sekitarnya sehingga pelaksanaan ASI eksklusif akan meningkat dan dapat menekan angka kejadian infeksi dan angka kematian bayi.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan PKM ini ada beberapa tahap yaitu

a. Tahap berkoordinasi di ruangan

Tahap ini diawali dengan berkoordinasi dengan bidan dan perawat di ruang bayi sehat dan persiapan di ruangan yang akan dipakai untuk penyuluhan. Pemberitahuan waktu penyuluhan kepada ibu-ibu di ruangan dan ibu-ibu yang sudah pulang dari rawat inap serta kepada ibu-ibu hamil yang kontrol ke poli kandungan .

b. Tahap pelaksanaan kegiatan

Setelah semuanya siap maka tahap koordinasi dilanjutkan dengan tahap pelaksanaan kegiatan pada tanggal 1 Juli 2021. Kegiatan diawali dengan pre test untuk mengukur sejauh mana pengetahuan peserta tentang ASI, manfaat ASI serta cara-cara penyimpanan ASI. Setelah itu dilakukan pemberian materi penyuluhan tentang manfaat ASI, posisi cara memberikan ASI yang benar, cara penyimpanan dan lain-lain. Penyuluhan juga disertai dengan video dan boneka peragaan cara memberikan ASI dengan benar. Diharapkan

peserta memahami manfaat ASI dan cara pemberian serta penyimpanan ASI yang benar. Setelah sesi pemberian materi dilanjutkan dengan tanya jawab masalah yang belum dimengerti oleh peserta. Banyak pertanyaan yang diajukan oleh peserta. Pada akhir kegiatan dilakukan post test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta tentang materi yang diberikan. Jumlah peserta adalah 25 orang.



Gambar 1. Koordinasi dan pelaksanaan kegiatan PKM

Hasil kegiatan telah meningkatkan pengetahuan peserta tentang ASI sekitar 85% yang diukur dari pengetahuan peserta tentang ASI, manfaat, cara pemberian, cara penyimpanan dan lain-lain. Hasil jangka panjang diukur dengan pemantauan berapa peserta yang dapat melaksanakan ASI Eksklusif dalam 6 bulan melalui telepon yang terdapat di buku kehadiran.

4. Simpulan dan Saran

Kesimpulan dari kegiatan PKM ini adalah bahwa penyuluhan tentang pemberian ASI Eksklusif kepada ibu-ibu hamil dan ibu nifas sangat diperlukan untuk memupuk rasa percaya diri pada ibu-ibu ini untuk memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya karena pemberian ASI Eksklusif dapat meningkatkan kedekatan ibu dan bayi, meningkatkan imunitas bayi sehingga mencegah terjadinya infeksi yang dapat menurunkan angka kematian bayi.

Saran untuk petugas adalah meneruskan kegiatan ini secara berkala di ruang bersalin, di poli anak dan poli kandungan karena sangat bermanfaat untuk ibu dan bayi. Juga bagi pemerintah untuk meningkatkan cakupan pemberian ASI Eksklusif sehingga dapat mencegah meningkatnya angka kejadian infeksi dan angka kematian bayi .

Ucapan terimakasih

Terima kasih kepada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa yang telah mendanai kegiatan PKM ini. Terimakasih kepada tim PKM, dan mitra yang telah bekerja sama untuk kesuksesan kegiatan PKM ini.

Daftar Pustaka

- Al-Sahab B, Lanes A, Feldman M and Tamim H. 2010. Prevalence and predictor of 6- month exclusive breastfeeding among Canadian women: a national survey. *BMC Pediatric*. Vol. 10(20):1-9.
- Ambarwati R, Muis SF, Susantini P. 2013. Pengaruh konseling laktasi intensif terhadap pemberianair susu ibu (ASI) eksklusif sampai 3 bulan. *Gizi Indon*. Vol. 2(1):15-23.
- Foo LL, Quek SJS, Ng SA, Lim MT, Yap MD. 2005. Breastfeeding prevalence and practices among Singaporean Chinese, Malay and Indian Mothers, *Health Promotion International* Vol. 20(3):229– 237.
- Haroon S, Das JK, Salam RA, Imdad A, Butha ZA. 2013. Breastfeeding promotion interventions and breastfeeding practices: a systematic review. *BMC Public Health*. Vol. 13(Supp 3): S20. doi: 10.1186/1471- 2458-13-S3-S20.
- Imdad A., Yakoob MY, Bhutta ZA. 2011. Effect of breast feeding promotion interventions on breast feeding rates, with special focus on developing countries. *BMJ Public Health*. Vol. 11(Suppl3): S24. doi: 10.1186/1471- 2458-11-S3-S24.
- Indonesia, Kementerian Kesehatan RI. Riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2013. Jakarta: *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*, 2013.
- Indonesia. Kementrian Koordinator Kesehatan Bidang Kesejahteraan rakyat. Pedoman perencanaan program gerakan nasional percepatan perbaikan gizi dalam rangka seribu hari pertama kehidupan (Gerakan 1000 HPK). Jakarta: *Kementrian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat RI*, 2013.

- Kamariah N. 2014. Kondisi psikologis mempengaruhi produksi ASI ibu menyusui di BPS Aski Pakis) Sido Kumpul Surabaya. *Journal of sciences*. Vol. 7(1-6)
- Ladomenou F, Moschandreas J, Kafatos A, Tselentis Y, Galanakis E. 2010. Protective effect of exclusive breastfeeding against infections during infancy: a prospective study. *Arch Dis Child*. Vol. 95(12): 1004-8. doi: 10.1136/adc.2009.169912.
- Li R, Oghden C, Ballew C, Gillespie C and Strawn LG. 2002. Prevalence of exclusive breastfeeding among US infants: The Third National Health and Nutrition Examination Survey (phase II, 1991- 1994). *American Journal of Public Health*. Vol. 9(7):1107-1110.
- Safitri A, Rosmalina Y, Anggraini D. 2017. Upaya Peningkatan Kualitas dan Kuantitas ASI dan Pemberian ASI Eksklusif. *Laporan Akhir Kajian*. Puslitbang Upaya Kesehatan Masyarakat Badan Litbangkes.
- Sirait AY, Lubis RM, dan Mutiara E. 2014. Hubungan faktor internal dan faktor eksternal ibu dalam pemberian ASI eksklusif di Kelurahan Pekan Bahorok Kecamatan Bahorok Kabupaten Langkat tahun 2014. *Gizi, Kesehatan Reproduksi dan Epidemiologi*. Vol. 1(3):1-10.
- Walyani, S, dan Purwoastuti, E. 2015. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press. pp 15-27