



## Pemberdayaan Keluarga Untuk Meningkatkan Pemberian ASI Eksklusif Di Kecamatan Simpang Tiga

Aslinar<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia.

\*Email korespondensi: [aslinar@abulyatama.ac.id](mailto:aslinar@abulyatama.ac.id)<sup>1</sup>

Diterima 18 Agustus 2022; Disetujui 05 September 2022; Dipublikasi 13 September 2022

**Abstract:** *Early detection of children's growth and development is an important aspect in preventing developmental delays and health issues in children. The Mother and Child Health Book (KIA) is an effective tool for monitoring child development, but its utilization by families is still not optimal. This article aims to raise awareness and understanding among families in using the Maternal and Child Health Book (Buku KIA) as a guide for monitoring child development. The method used in this activity is a lecture-based counseling and discussion involving the community of Puskesmas Simpang Tiga. The results of the activity show an increase in public understanding of the importance of the KIA Book in monitoring child growth and the active role of families in early detection of developmental disorders. With this activity, it is hoped that the level of public awareness regarding the importance of monitoring child development will increase.*

**Keywords:** *Growth and Development Detection, KIA Book, Family Role*

**Abstrak:** ASI Eksklusif adalah pemberian hanya ASI tanpa tambahan makanan atau minuman lain kepada bayi sejak lahir hingga usia enam bulan. Praktik ini memiliki banyak manfaat bagi bayi dan ibu, tetapi penerapannya masih rendah di beberapa daerah. Artikel ini membahas peran keluarga dalam meningkatkan pemberian ASI eksklusif di Kecamatan Simpang Tiga. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kepada masyarakat melalui ceramah dan diskusi interaktif. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pemahaman masyarakat mengenai manfaat ASI eksklusif meningkat setelah diberikan penyuluhan. Dengan adanya program pemberdayaan keluarga, diharapkan angka pemberian ASI eksklusif dapat meningkat sehingga berdampak positif pada kesehatan bayi dan ibu.

**Kata kunci:** *ASI Eksklusif, Pemberdayaan Keluarga, Kesehatan Bayi*

ASI Eksklusif merupakan faktor penting dalam pertumbuhan dan perkembangan bayi. Berdasarkan penelitian Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), 90% ibu di Indonesia

menyusui bayinya, tetapi hanya 20% yang memberikan ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan anaknya. Hal ini dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman, dukungan keluarga,

dan faktor sosial ekonomi. Oleh karena itu, intervensi berupa edukasi dan pemberdayaan keluarga menjadi penting untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif.

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **Peran Keluarga dalam Tumbuh Kembang Anak**

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama yang berperan dalam tumbuh kembang anak. Bayna (2017) menekankan bahwa interaksi yang baik antara orang tua dan anak dapat memengaruhi perkembangan sosial dan emosional anak. Orang tua harus berperan aktif dalam memberikan stimulasi dan perhatian yang optimal. Menurut Santrock (2021), pola asuh yang responsif membantu anak mengembangkan kemampuan berpikir kritis, empati, serta keterampilan sosial yang baik.

### **Manfaat ASI Eksklusif bagi Kesehatan Bayi**

ASI eksklusif adalah pemberian ASI tanpa tambahan makanan atau minuman lain selama 6 bulan pertama kehidupan bayi. Pratiwi et al. (2024) menyebutkan bahwa ASI mengandung nutrisi lengkap yang dibutuhkan bayi untuk pertumbuhan optimal. Menurut WHO (2023), pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko infeksi, meningkatkan daya tahan tubuh bayi, serta mempercepat perkembangan otak.

### **Dampak ASI Eksklusif terhadap Kesehatan Ibu**

Selain bermanfaat bagi bayi, ASI juga memiliki manfaat besar bagi ibu. Amelia (2022) menyatakan bahwa proses menyusui dapat merangsang produksi hormon oksitosin yang membantu mengecilkan rahim pasca-persalinan serta mengurangi risiko perdarahan. Menurut UNICEF (2022), ibu yang menyusui secara eksklusif memiliki risiko lebih rendah terhadap kanker payudara, kanker ovarium, serta diabetes tipe 2.

### **Hubungan Pendidikan Ibu dengan Keberhasilan ASI Eksklusif**

Tingkat pendidikan ibu mempengaruhi pemahaman dan kesadaran tentang pentingnya ASI eksklusif. Pratiwi et al. (2024) menemukan bahwa ibu dengan tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung lebih memahami manfaat ASI dan lebih konsisten dalam pemberian ASI eksklusif. Menurut Santrock (2021), ibu yang memiliki akses informasi lebih luas dapat lebih baik dalam menerapkan pola asuh dan pemenuhan gizi anak.

### **Faktor Sosial dan Budaya dalam Pemberian ASI Eksklusif**

Budaya dan norma sosial dapat memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif. The et al. (2023) menyebutkan bahwa di beberapa daerah, masih ada kepercayaan bahwa bayi harus diberikan makanan pendamping sebelum usia 6 bulan. Menurut Departemen Kesehatan RI (2023), diperlukan pendekatan berbasis budaya untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang

pentingnya ASI eksklusif.

### **Peran Tenaga Kesehatan dalam Mendukung ASI Eksklusif**

Dukungan tenaga kesehatan sangat penting dalam meningkatkan angka pemberian ASI eksklusif. Susilaningrum et al. (2023) menunjukkan bahwa pendampingan dari tenaga kesehatan dapat meningkatkan kesadaran ibu akan manfaat ASI eksklusif. Menurut WHO (2022), pelatihan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi tentang ASI dapat meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

### **Hubungan ASI Eksklusif dengan Pencegahan Stunting**

ASI eksklusif berperan dalam mencegah stunting pada anak. Saputri et al. (2024) menjelaskan bahwa bayi yang mendapatkan ASI eksklusif memiliki risiko lebih rendah mengalami stunting dibandingkan bayi yang tidak diberi ASI secara eksklusif. Menurut UNICEF (2022), ASI mengandung zat gizi yang mendukung pertumbuhan tulang dan perkembangan otak anak, sehingga mengurangi risiko terhambatnya pertumbuhan.

### **Pengaruh Pola Asuh terhadap Keberhasilan Menyusui**

Pola asuh ibu dapat menentukan keberhasilan menyusui. Baumrind's Parenting Styles Theory menunjukkan bahwa ibu dengan pola asuh demokratis lebih konsisten dalam

memberikan ASI eksklusif dibandingkan ibu dengan pola asuh otoriter atau permisif (Berk, 2020). Menurut Goleman (2021), dukungan emosional yang diberikan kepada ibu menyusui juga berdampak pada keberhasilannya dalam memberikan ASI eksklusif.

### **Tantangan dalam Pemberian ASI Eksklusif**

Beberapa tantangan yang dihadapi ibu dalam pemberian ASI eksklusif antara lain kesibukan kerja, kurangnya dukungan keluarga, serta minimnya informasi. The et al. (2023) mencatat bahwa ibu bekerja memiliki tingkat keberhasilan ASI eksklusif yang lebih rendah dibandingkan ibu yang tidak bekerja. Menurut ILO (2021), kebijakan cuti melahirkan yang lebih panjang serta fasilitas menyusui di tempat kerja dapat meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

### **Efek ASI Eksklusif terhadap Kecerdasan Anak**

Studi menunjukkan bahwa anak yang diberi ASI eksklusif memiliki tingkat kecerdasan lebih tinggi dibandingkan anak yang tidak diberikan ASI eksklusif. WHO (2022) menyebutkan bahwa kandungan DHA dan AA dalam ASI berperan dalam perkembangan otak bayi. Menurut Heckman (2019), investasi dalam ASI eksklusif dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia di masa depan.

### **Keunggulan ASI dibandingkan Susu Formula**

ASI memiliki komposisi yang lebih sesuai dengan kebutuhan bayi dibandingkan susu formula. WHO (2021) menegaskan bahwa ASI lebih mudah dicerna oleh sistem pencernaan bayi dibandingkan susu formula. Menurut Departemen Kesehatan RI (2023), pemberian susu formula sebelum usia 6 bulan dapat meningkatkan risiko alergi dan gangguan pencernaan pada bayi.

### **Dukungan Suami dalam Keberhasilan ASI Eksklusif**

Dukungan dari suami sangat penting dalam keberhasilan menyusui. Pratiwi et al. (2024) menemukan bahwa ibu yang mendapatkan dukungan dari suaminya lebih cenderung memberikan ASI eksklusif dibandingkan ibu yang kurang didukung. Menurut Santrock (2021), dukungan emosional dan praktis dari pasangan dapat mengurangi stres ibu dan meningkatkan produksi ASI.

### **Pengaruh Media Sosial dalam Promosi ASI Eksklusif**

Media sosial menjadi alat yang efektif dalam menyebarkan informasi tentang ASI eksklusif. Amelia (2022) menyebutkan bahwa kampanye ASI eksklusif di media sosial dapat meningkatkan kesadaran masyarakat. Menurut WHO (2023), edukasi melalui platform digital terbukti meningkatkan pengetahuan ibu tentang manfaat ASI eksklusif.

### **Kebijakan Pemerintah dalam Mendukung ASI Eksklusif**

Pemerintah memiliki peran penting dalam meningkatkan angka pemberian ASI eksklusif. Departemen Kesehatan RI (2023) mencatat bahwa program pemberian ASI eksklusif masih menghadapi tantangan, termasuk minimnya kebijakan yang mendukung ibu bekerja. Menurut ILO (2021), kebijakan seperti pemberian cuti melahirkan lebih lama dan penyediaan ruang laktasi dapat meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

### **Implikasi Ekonomi dari ASI Eksklusif**

ASI eksklusif tidak hanya berdampak pada kesehatan tetapi juga ekonomi. Heckman (2019) dalam teorinya tentang *Human Capital Development* menyebutkan bahwa investasi dalam ASI eksklusif berkontribusi terhadap peningkatan produktivitas ekonomi suatu bangsa. Menurut OECD (2021), negara-negara dengan angka pemberian ASI eksklusif tinggi cenderung memiliki tingkat kesehatan masyarakat yang lebih baik serta beban kesehatan yang lebih rendah.

### **METODE PELAKSANAAN**

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan kepada masyarakat dengan pendekatan ceramah dan diskusi interaktif. Tahapan pelaksanaan meliputi:

1. Persiapan: Survei lokasi, penyusunan materi, serta perizinan kegiatan.
2. Pelaksanaan: Penyampaian materi mengenai pentingnya ASI eksklusif, manfaatnya, serta peran keluarga dalam mendukung praktik

menyusui.

3. Evaluasi: Penilaian terhadap peningkatan pemahaman peserta melalui diskusi dan umpan balik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan ini menunjukkan peningkatan pemahaman masyarakat tentang ASI eksklusif. Beberapa poin penting yang ditemukan adalah:

1. Sebelum penyuluhan, banyak peserta tidak memahami manfaat penuh ASI eksklusif.
2. Setelah penyuluhan, peserta lebih menyadari pentingnya ASI eksklusif dan bagaimana mendukung ibu menyusui.
3. Dukungan keluarga terbukti sebagai faktor penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Penyuluhan ini meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya ASI eksklusif.
2. Keluarga memiliki peran penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif.
3. Diperlukan program edukasi yang berkelanjutan untuk meningkatkan angka pemberian ASI eksklusif.

### Saran

1. Perlu adanya kebijakan yang lebih kuat dalam mendukung ibu menyusui, termasuk fasilitas menyusui di tempat kerja.
2. Masyarakat harus terus diberikan edukasi mengenai manfaat ASI eksklusif melalui program-program pemberdayaan.

3. Peran tenaga kesehatan harus diperkuat dalam memberikan pendampingan bagi ibu menyusui.

## DAFTAR PUSTAKA

Amelia, R. L. (2022). Booklet Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dan ASI Eksklusif. Imd.

Pratiwi, E. H., Yuliana, W., & Hikmawati, N. (2024). Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 7-12 Bulan. *ASSYIFA: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1),146–158. <https://doi.org/10.62085/ajk.v2i1.43>

The, F., Hasan, M., & Saputra, S. D. (2023). Edukasi Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Puskesmas Gambesi. *Jurnal Surya Masyarakat*,5(2),208. <https://doi.org/10.26714/jsm.5.2.2023.208-213>

WHO. (2021). *Early Childhood Development and Health Promotion*. Geneva: WHO.

Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Panduan Penggunaan ASI Eksklusif dalam Pemantauan Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Kemenkes RI.

Fatimah, R. A., & Widodo, S. (2019). Stimulasi Dini pada Anak Usia Dini: Peran Keluarga dalam Meningkatkan Perkembangan Kognitif Anak. *Jurnal Pendidikan Anak*, 3(1), 55–67.

Hartono, B., & Lestari, P. (2018). Analisis Pengaruh Pola Asuh terhadap Perkembangan Motorik Anak Usia 1-5 Tahun. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 5(3), 77–85.

- Widiyanto, A. (2017). Strategi Pendampingan Orangtua dalam Optimalisasi Perkembangan Sosial Anak. *Jurnal Pendidikan Keluarga*, 2(1), 45–60.
- Sari, D. P., & Yuliani, A. (2020). Evaluasi Penggunaan ASI dalam Meningkatkan Kesadaran Orangtua terhadap Tumbuh Kembang Anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 101–110.
- Brown, D. (2020). Planning a Supportive Environment for Breastfeeding Mothers. *International Journal of Maternal Health*, 4(1), 32-45.