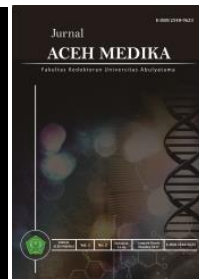


Available online @www.jurnal.abulyatama.ac/acehmedika
ISSN 2548-9623 (Online)

Universitas Abulyatama Jurnal Aceh Medika



PENYULUHAN TENTANG SUKSESAN ASI EKSKLUSIF DI DESA DHAM PULO KECAMATAN INGIN JAYA KABUPATEN ACEH BESAR

Irma Andriani ^{*1}, Nurul Sakdah ², Nurul Husna Ziqra ³

¹⁾ Keperawatan, Universitas Abulyatama, Jl. Blangbintang Lama, Aceh Besar, Indonesia.

*Email korespondensi: irmaandriani_d3kep@abulyatama.ac.id

Diterima 7 Januari 2019; Disetujui 16 April 2019; Dipublikasi 31 April 2019

Abstract: Efforts to increase the success of exclusive breastfeeding in the community can be done by conducting outreach to the community to increase people's understanding of the importance of exclusive breastfeeding in children. The counseling team of Nursing Diploma III lecturers consists of 2 people, carrying out activities in counseling on the benefits of exclusive breastfeeding, the contents of exclusive breastfeeding and the signs and dangers of babies getting MP-ASI as early as possible. The activity was carried out on April 7 2020 at the Dham Pulo Want Jaya Aceh Besar village office. The benefits of this activity aim to add insight and educate the community around Dham Pulo Village regarding exclusive breastfeeding. The Implementation Team for community service activities motivated the people of Dham Pulo Village to be able to understand the benefits of exclusive breastfeeding, the benefits of MP-ASI and the content in breast milk. The output of this exclusive breastfeeding education activity is the formation of understanding and ability to carry out exclusive breastfeeding actions in the community.

Keywords: Counseling, Exclusive Breastfeeding..

Abstrak: Upaya meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif pada masyarakat bisa dilakukan dengan cara melakukan penyuluhan pada masyarakat untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya ASI Eksklusif pada anak. Tim penyuluhan dari dosen Diploma III Keperawatan terdiri dari 2 orang, melaksanakan kegiatan dalam penyuluhan manfaat ASI Eksklusif, kandungan dari ASI Eksklusif dan tanda dan bahaya bayi yang mendapatkan MP-ASI sedini mungkin. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 07 April 2020 bertempat di kantor desa Dham Pulo Ingin Jaya Aceh Besar. Manfaat dari kegiatan ini bertujuan menambah wawasan dan edukasi masyarakat sekitar Desa Dham Pulo terkait dengan ASI eksklusif. Tim Pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat memotivasi masyarakat Desa Dham Pulo agar dapat melakukan memahami manfaat ASI eksklusif, manfaat MP-ASI dan kandungan dalam ASI. Luaran dari kegiatan penyuluhan ASI eksklusif ini adalah pembentukan pemahaman dan kemampuan untuk melakukan tindakan pemberian ASI eksklusif pada masyarakat di komunitas.

Kata kunci : Penyuluhan, Asi Eksklusif

Pendahuluan

ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi dan tidak menerima makanan tambahan lainnya selama enam bulan pertama kelahiran dan dilanjutkan sampai usia dua tahun. ASI eksklusif yang diberikan pada 6 bulan pertama dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh pada bayi (Ojong, 2015).

ASI eksklusif yaitu air susu ibu yang diberikan kepada bayi sampai 6 bulan tanpa ditambahkan dengan makanan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, pisang, bubur susu, biskuit, dan lainnya. Bayi yang diberikan ASI eksklusif dapat terhindar dari berbagai penyakit. Bayi yang sakit diberikan ASI secara eksklusif dapat mempercepat proses penyembuhan. ASI juga dapat membantu proses pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan. Bayi yang tidak diberikan ASI secara eksklusif mempunyai IQ (Intellectual Quotient) yang lebih rendah, dibandingkan dengan bayi yang diberikan ASI secara eksklusif. Hal ini dikarenakan didalam ASI terdapat berbagai macam nutrisi yang sangat dibutuhkan dalam pertumbuhan otak yaitu berupa taurin, laktosa, DHA, AA, Omega 3 dan Omega 6 (Kristiyanasari, 2011).

Profil data kesehatan Indonesia pada tahun 2014 menunjukkan pemberian ASI eksklusif sebesar 52,3% yang berarti hasil tersebut masih dibawah target nasional yaitu sebesar 80%. Hasil capaian pemberian ASI eksklusif masih rendah karena kesadaran masyarakat dalam mendorong peningkatan pemberian ASI eksklusif masih relatif rendah (Kemenkes RI, 2015).

Berdasarkan uraian di atas, maka perlu menjadi perhatian berbagai pihak dalam menangani permasalahan ASI eksklusif. Pihak terkait mulai dari Penyuluhan Tentang Sukseskan ASI Eksklusif..... (Irma et al, 2019)

lingkungan keluarga, kader kesehatan, petugas kesehatan dan dinas kesehatan setempat.

KAJIAN PUSTAKA

ASI Eksklusif

Pengertian Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan terbaik untuk bayi, karena kandungan gizinya sangat khusus dan sempurna serta sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang bayi. ASI mudah dicerna, karena selain mengandung zat gizi yang sesuai, juga mengandung enzim-enzim untuk mencernakan zat-zat gizi yang terdapat dalam ASI tersebut. ASI mengandung zat-zat gizi berkualitas tinggi yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan bayi atau anak.

The American Academy of Pediatrics merekomendasikan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama dan selanjutnya minimal selama 1 tahun. b. Pemberian ASI eksklusif Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif merupakan investasi terbaik bagi kesehatan dan kecerdasan anak¹⁴. Menyusui secara eksklusif selama 6 bulan memiliki dampak yang signifikan terhadap penurunan angka kematian bayi akibat diare dan pneumonia ^{2,14}. ASI merupakan makanan terbaik untuk bayi. ASI memegang peranan penting dalam menjaga kesehatan dan mempertahankan.

Manfaat ASI eksklusif 1) Manfaat pemberian ASI bagi bayi a) ASI sebagai nutrisi ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan disesuaikan dengan kebutuhan pertumbuhan bayi, ASI adalah makanan bayi yang paling sempurna, baik kualitas maupun kuantitasnya¹⁹. b) ASI meningkatkan daya tahan tubuh bayi Bayi yang baru lahir secara alamiah mendapat imunoglobulin (zat kekebalan tubuh) dari ibunya melalui ariari. Namun kadar zat ini akan

cepat sekali menurun setelah bayi lahir. Badan bayi sendiri baru membuat zat kekebalan cukup banyak sehingga mencapai kadar protektif pada waktu berusia 9 sampai 12 bulan¹⁹. c) ASI eksklusif meningkatkan kecerdasan.

Kecerdasan anak berkaitan erat dengan otak maka jelas bahwa faktor utama yang mempengaruhi perkembangan kecerdasan adalah pertumbuhan otak. Bayi diberi ASI rata-rata memiliki IQ 6 poin lebih tinggi dibandingkan dengan bayi yang di beri susu formula. Anak yang diberi ASI akan lebih sehat, IQ lebih tinggi. EQ dan SQ baik¹⁹. d) ASI eksklusif meningkatkan jalinan kasih sayang Berada dalam dekapan ibu selama menyusui, bayi akan merasakan kasih sayang ibunya. Bayi merasa aman, tentram dengan dapat mendengar detak jantung ibunya yang telah ia kenal selama dalam kandungan. Hal ini yang akan membuat perkembangan emosi bayi dan membentuk pribadi yang percaya diri dan dasar spiritual yang baik

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan sosialisasi dalam upaya meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif di desa Dham Pula Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar. Dilakukan pada tanggal 7 April 2020 pada pukul 09.00 WIB dan berakhir pada pukul 12.00 WIB. Kegiatan ini merupakan kegiatan pengabdian dosen pada masyarakat. Peserta ini adalah ibu-ibu di Desa Dham Pula Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar.

Persiapan

Tahapan persiapan diawali dengan survei lokasi dan menentukan sasaran peserta sosialisasi yang berasal dari Dham Pula Kecamatan Ingin Jaya

Kabupaten Aceh Besar. Koordinasi dilakukan dengan kepala desa, kepala dusun, tokoh masyarakat, dan pemuda Karang Taruna dari Desa Dham Pula. Setelah koordinasi dengan aparat desa Dham Pula, selanjutnya kepala puskesmas dan kader desa. Hasil koordinasi menghasilkan kesepakatan terkait dengan waktu dan tempat pelaksanaan penyuluhan ASI Eksklusif.

Pelaksanaan

Upaya mewujudkan desa yang melakukan ASI eksklusif yang tepat dan baik. Kegiatan ini dengan menggunakan metode pemberian materi (ceramah) dan dilanjutkan dengan diskusi. Narasumber berjumlah dua orang dari Dosen Diploma III Keperawatan Universitas Abulyatama. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pembacaan doa, sambutan dari pemerintah setempat, pemaparan materi sosialisasi, tanya jawab, dan penutup.

Kata sambutan disampaikan oleh Kepala Puskesmas Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar, dilanjutkan sambutan dari Dekan dan Kepala Desa Dham Pula sekaligus membuka kegiatan penyuluhan. Setelah penyampaian kata sambutan dilanjutkan dengan kegiatan inti dari penyuluhan yaitu penyampaian materi oleh narasumber. Materi penyuluhan adalah manfaat ASI Eksklusif, kandungan dari ASI Eksklusif, tanda dan bahaya bayi yang mendapatkan MP-ASI sedini mungkin.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 7 April 2020. Kegiatan penyuluhan dihadiri oleh perwakilan dari masyarakat Desa

Dham Pula berjumlah 25 orang sebagai peserta. Selain peserta, kegiatan penyuluhan juga dihadiri oleh pemerintah setempat terdiri dari aparat desa Dham Pula, Kepala Dusun, Pemuda Karang Taruna, tokoh masyarakat, Babinsa, dan Kepala Puskesmas Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar.

Kegiatan penyuluhan diawali dengan pembacaan doa. Kegiatan selanjutnya adalah sambutan Kepala Puskesmas Ingin Jaya dan penyampaian materi oleh pemateri dari dosen Diploma III Keperawatan Universitas Abulyatama.



Gambar 1. Menjelaskan materi pada masyarakat

Setelah penyampaian kata sambutan dilanjutkan penyampaian materi penyuluhan dari narasumber. Materi yang disampaikan adalah penyuluhan adalah manfaat ASI Eksklusif, kandungan dari ASI Eksklusif, tanda dan bahaya bayi yang mendapatkan MP-ASI sedini mungkin..



Gambar 4. Kegiatan diskusi dan tanya jawab Penyuluhan Tentang Sukseskan ASI Eksklusif..... (Irma et al, 2019)

Sesi diskusi dan tanya jawab berlangsung dengan baik yang ditandai dengan antusiasnya masyarakat memberikan pertanyaan-pertanyaan dan tanggapan terkait dengan ASI Eksklusif. Kedua narasumber secara bergantian memberikan pemahaman terkait dengan pertanyaan-pertanyaan dari peserta. Setelah kegiatan diskusi dan tanya jawab selesai dilanjutkan dengan acara penutupan dan foto bersama peserta sosialisasi, dan tamu undangan.

Pembahasan

Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan dosen Diploma III Keperawatan Universitas Abulyatama tahun 2020 berjalan dengan baik. Materi yang disampaikan oleh kedua narasumber mendapat respon peserta penyuluhan yang ditandai dengan banyaknya pertanyaan dan tanggapan. Sejumlah peserta yang hadir terdiri dari ibu-ibu yang hadir.

ASI eksklusif adalah tidak memberikan bayi makanan atau minuman lain, termasuk air putih, kecuali obat-obatan, dan vitamin atau mineral tetesejak bayi lahir sampai bayi berusia 6 bulan. ASI eksklusif adalah bayi hanya menerima ASI saja dari ibunya secara langsung ataupun donor tanpa tambahan cairan, makanan, atau air dengan pengecualian rehidrasi oral, vitamin, mineral, dan obat-obatan (WHO, 2009).

Hal yang sama juga diungkapkan oleh Roesli (2009) bahwa asi eksklusif adalah bayi hanya diberi ASI saja tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi, dan tim.

Menurut Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012, ASI eksklusif adalah ASI yang

diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral) (Kementerian Kesehatan RI, 2016).

Komposisi ASI Air susu ibu mengandung semua nutrien yang diperlukan oleh bayi pada 6 bulan kehidupan pertamanya, termasuk lemak, karbohidrat, protein, vitamin, mineral dan air. ASI mudah untuk dicerna dan efisien untuk kebutuhan bayi. ASI juga mengandung faktor bioaktif yang dapat melindungi sistem imun bayi yang masih belum matang, memberikan perlindungan terhadap infeksi dan faktor yang dapat membantu proses pencernaan dan absorpsi nutrien (WHO, 2009).

ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan pembunuh kuman dalam jumlah tinggi. Kolostrum berwarna kekuningan dihasilkan pada hari pertama sampai hari ketiga. Hari keempat sampai hari kesepuluh ASI mengandung immunoglobulin, protein, dan laktosa lebih sedikit dibandingkan kolostrum tetapi lemak dan kalori lebih tinggi dengan warna susu lebih putih (Kementerian Kesehatan RI, 2016).

Akhir dari kegiatan penyuluhan, masyarakat diharapkan dapat menumbuhkan kepeduliannya tentang ASI Eksklusif, manfaat kandungannya ada didalam ASI, manfaat pemberian ASI secara dini buat balita.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan, disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan dalam rangka pengabdian masyarakat adalah memberikan wawasan dan edukasi terhadap masyarakat sekitarnya tentang keunggulan dan manfaat ASI Eksklusif.

Harapannya agar pemerintah desa Dham Pula baik untuk ibu-ibu bisa melakukan ASI Eksklusif pada anaknya secara baik dan benar untuk meningkatkan program pencegahan stunting secara dini

DAFTAR PUSTAKA

- A'yuni, F. (2012). Pengetahuan tentang Menyusui dan Intensi Menyusui pada Ibu Hamil Usia Remaja. Skripsi. Depok: FIKUI.
- Arif, N. (2009). ASI dan Tumbuh Kembang Bayi. Yogyakarta: Media Pressindo.
- Ida (2012). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif 6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kemiri Muka Kota Depok Tahun 2011. Tesis. Depok: FKMUI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2010). Keberhasilan Pencapaian Pemberian Bayi dan Anak (PMBA). Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2012). Survei Demografi Kesehatan Indonesia 2012. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar 2013. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2010). Keberhasilan Pencapaian Pemberian Bayi dan Anak (PMBA). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2012).

Survei Demografi Kesehatan Indonesia
2012.

Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
Kementerian Kesehatan RI. (2013). Riset
Kesehatan Dasar 2013. Jakarta:
Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan RI. (2016). Profil
Kesehatan Indonesia Tahun 2015. Jakarta
: Kementerian Kesehatan RI.