

Edukasi pemberian ASI eksklusif

Shanti Ariandini, Diani Hadi Lestari, Nita Alpiyanah, Putri Apriliani, Siti Sri Utami

Program Studi Diploma III Kebidanan, Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor

How to cite (APA)

Ariandini, S., Lestari, D. H., Alpiyanah, N., Apriliani, P., & Utami, S.S. (2024). Edukasi pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan*, 4(01), 37-42. <https://doi.org/10.34305/jppk.v4i01.1306>

History

Received: 26 September 2024

Accepted: 24 November 2024

Published: 29 November 2024

Corresponding Author

Shanti Ariandini, Program Studi Diploma III Kebidanan, Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor; shantiariandini1988@gmail.com



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

ABSTRAK

Latar Belakang: ASI eksklusif merupakan makanan terbaik pada masa awal kehidupan. Pemberian ASI eksklusif dilakukan dengan pemberian ASI saja tanpa makanan atau minuman tambahan selama 6 bulan. ASI memiliki kandungan gizi yang lengkap untuk pemenuhan energi dan pembangun tubuh seperti laktosa, lemak, protein dan beberapa mineral (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022) (WHO, 2021). Tujuan penyuluhan ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan menyusui tentang ASI eksklusif, penyuluhan ini dirancang.

Metode: Bentuk kegiatan ini menggunakan metode ceramah, diskusi. Adapun sasaran pelaksanaan kegiatan ini sebanyak 30 orang yang terdiri ibu hamil dan ibu menyusui. Pre-test sebelum dilakukan memberikan materi dan instruksi tentang ASI Eksklusif kepada kelas ibu. Post-test dilakukan untuk mengukur kualitas kelas ibu.

Hasil: Ada pengaruh pada pendidikan ASI eksklusif, menurut hasil perhitungan statistik, dengan nilai T sebesar -3.525 dan P sebesar 0,001 ($P < 0,05$). Hasil yang meningkat dari 140 nilai pada pre-test menjadi 170 nilai pada post-test menunjukkan peningkatan pemahaman peserta.

Kesimpulan: ada peningkatan pengetahuan ibu hamil dan ibu menyusui untuk meningkatkan kualitas ASI.

Kata Kunci : Edukasi, ASI Eksklusif, Ibu Hamil, Ibu Menyusui, Bayi.

ABSTRACT

Background: Exclusive breastfeeding is the best food in early life. Exclusive breastfeeding is done by giving breast milk alone without additional food or drink for 6 months. The World Health Organization (WHO, 2017) states that exclusive breastfeeding means that babies are only given breast milk without other fluids such as formula milk, water, honey, tea, or other food or drink until the baby is six months old, except for vitamins and medicines. The purpose of this counseling is to increase the knowledge of pregnant and breastfeeding mothers about exclusive breastfeeding.

Method: The form of this activity uses the lecture and discussion method. The target for implementing this activity is 30 people consisting of pregnant and breastfeeding mothers. The pre-test before it was carried out provided material and instructions about Exclusive Breastfeeding to the mother's class. The post-test was conducted to measure the quality of the mother's class.

Result: The T value was obtained at -3.525 and P was 0.001 ($P < 0.05$). The results that increased from 140 values in the pre-test to 170 values in the post-test showed an increase in participant understanding.

Conclusion: there is an increase in knowledge of pregnant and breastfeeding mothers to improve the quality of breast milk.

Keyword : Education, Exclusive Breastfeeding, Pregnant Women, Breastfeeding Mothers, Babies.

Pendahuluan

Asi eksklusif merupakan makanan terbaik pada masa awal kehidupan. Pemberian ASI eksklusif dilakukan dengan pemberian ASI saja tanpa makanan atau minuman tambahan selama 6 bulan. Asi memiliki kandungan gizi yang lengkap untuk pemenuhan energi dan pembangun tubuh seperti laktosa, lemak, protein dan beberapa mineral (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

ASI eksklusif juga berperan dalam penurunan angka meningkatkan system kekebalan tubuh anak kesakitan dan kematian karena meningkatkan system kekebalan tubuh anak. (Nurhasanah, Afrika, E., & Rahmawati, 2021)

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa hanya 20% negara di dunia, termasuk Indonesia, mewajibkan pemberi kerja menyediakan fasilitas untuk menyusui eksklusif atau memerah ASI. Pada 2022, cakupan ASI Eksklusif Indonesia hanya 67,96%, turun dari 69,7% pada 2021. Ini menunjukkan bahwa perlu ada bantuan tambahan untuk meningkatkan cakupan ini.

Faktanya pemberian ASI eksklusif di Indonesia belum sepenuhnya dilaksanakan. Upaya meningkatkan pemberian ASI eksklusif masih dirasa kurang. Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar tahun 2018, terdapat penurunan persentase pola pemberian ASI eksklusif bayi umur 0-6 bulan. Salah satu faktor yang menyebabkan kondisi tersebut adalah kurangnya pemahaman ibu-ibu mengenai kandungan nutrisi dalam ASI. Masih banyak anggapan dari masyarakat bahwa ASI saja tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi. (Ella, 2021)

Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS), persentase bayi di Indonesia yang mendapat ASI Eksklusif terus meningkat selama lima tahun terakhir. Sejak 2019, persentase ini meningkat 72,04% dan akan meningkat 2,68% pada tahun 2023.

Berdasarkan data WHO tahun 2021, negara-negara yang memberikan ASI eksklusif hanya 42% dan ditargetkan meningkat mencapai 75% pada tahun 2020. (WHO, 2021) Berdasarkan Badan Pusat

Statistik tahun 2022, persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di Indonesia selama 3 tahun terakhir mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya, yaitu tahun 2021 capaian 66,99%, tahun 2020 capaian 69,2%, tahun 2022 capaian 71,58% (Badan Pusat Statistik, 2022). Cakupan di Provinsi Jawa Barat selama 3 tahun persentase capaian ASI eksklusif terdapat peningkatan dari tahun sebelumnya, yaitu tahun 2019 (71,11%), tahun 2020 (76,11%), dan tahun 2021 (76,46%) (Badan Pusat Statistik, 2022). Namun, angka tersebut belum mencapai target nasional yaitu sebesar 80%. (Kemenkes RI, 2021)

Jumlah ini telah mencapai puncaknya dalam delapan tahun terakhir. Di Indonesia, persentase pemberian ASI Eksklusif mencapai puncaknya pada tahun 2023 dan terendahnya pada tahun 2018 (BPS, 2024).

Menurut Riset Kesehatan yang dikumpulkan dari 2018 hingga 2020 dari beberapa kota dan kabupaten di Provinsi Jawa Barat, cakupan pemberian ASI Eksklusif di Jawa Barat hanya 66,7%, menunjukkan cakupan yang rendah. Kota Bogor mencapai 49,95%, sementara kota lain mencapai 49,95% (Malla Avila, 2022).

Pentingnya pemberian ASI eksklusif dan ibu yang sudah mengetahui pentingnya ASI eksklusif tetapi tidak diterapkan sehingga ibu tidak memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya. Pengetahuan ini berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif. Ibu yang mempunyai pengetahuan baik, maka ibu memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya dan sebaliknya pengetahuan ibu yang kurang dapat Investasi terbaik salah satunya untuk meningkatkan kesehatan, kelangsungan hidup, peningkatan ekonomi serta perkembangan sosial individu dan bangsa adalah dengan menyusui. Optimalnya proses menyusui yang sesuai panduan bias mengatasi lebih dari 20.000 kematian ibu dan 823.000 kematian anak setiap tahun. Perilaku tidak menyusui dihubungkan dengan rendahnya tingkat kecerdasan dan

menimbulkan kerugian ekonomi sebesar 302 miliar dolar per tahun (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022)

Kegagalan dalam pemberian ASI eksklusif karena tingkat pengetahuan ibu yang rendah dan rendahnya pengetahuan ibu salah satu penyebabnya kurangnya informasi dari petugas kesehatan dipengaruhi oleh promosi atau iklan produk susu formula yang berpengaruh kepada ibu sehingga ibu lebih tertarik untuk membeli susu formula dibandingkan memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya (Mustafa, D., 2018)

Mengingat pentingnya pemberian ASI eksklusif sesuai anjuran dari IDAI, UNICEF, WHO dan Pemerintah Republik Indonesia, perlu dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi kepada masyarakat khususnya ibu menyusui mengenai kandungan makronutrien dan mikronutrien ASI. Pemahaman yang benar mengenai ASI dapat dijadikan alasan yang kuat bagi ibu-ibu untuk memberikan ASI eksklusif pada bayi. Selain itu, pemberian ASI eksklusif diharapkan mencegah kenaikan angka kejadian gizi buruk dan stunting pada bayi dan anak. Nutrisi yang cukup memberikan pertumbuhan dan perkembangan yang baik bagi bayi dan anak

Metode

Kegiatan dilakukan dalam beberapa tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi. Tahap persiapan dilakukan dengan berkoordinasi dengan pihak Desa mengenai rencana kegiatan yang akan dilakukan oleh tim pengabdian. Selanjutnya Tim mempersiapkan materi penyuluhan dan media promosi kesehatan berupa leaflet dan poster mengenai pentingnya ASI eksklusif pada anak. Bentuk kegiatan ini menggunakan metode ceramah, diskusi. Dilanjutkan dengan pemberian leaflet dan pemasangan poster lokasi. Ceramah dan menyebarkan

materi tentang ASI Eksklusif kepada bayi melalui poster dan kertas.

Adapun sasaran pelaksanaan kegiatan ini sebanyak 30 orang yang terdiri ibu hamil dan ibu menyusui. Pre-test sebelum dilakukan memberikan materi dan instruksi tentang ASI Eksklusif kepada kelas ibu. Post-test dilakukan untuk mengukur kualitas kelas ibu.

Hasil

Selama satu hari, kegiatan ini dilakukan melalui diskusi aktif dan ceramah langsung dengan ibu-ibu hamil dan menyusui. Peserta dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu hamil dan menyusui dengan rata-rata usia 29 tahun. Usia termuda adalah 17 tahun dan tertua adalah 40 tahun.

Materi yang disampaikan mengenai kandungan dan manfaat ASI bagi bayi serta tentang teknik menyusui dan pemberian ASIP disampaikan oleh Shanti Ariandini SST MKM. Antusias peserta sangat tinggi dalam kegiatan ini. Hal ini terlihat dari banyaknya pertanyaan yang dilontarkan.

Setelah ceramah berakhir, materi tentang edukasi ASI Eksklusif diberikan, dan sesi tanya jawab dilakukan untuk mengukur pengetahuan ibu hamil tentang ASI Eksklusif. Selain itu, lembaran tentang ASI Eksklusif diberikan untuk referensi dan menambah pengetahuan ibu hamil. Dengan desain sistematis, acara mungkin melibatkan semua pihak.

Untuk mengevaluasi kegiatan pengabdian masyarakat ini, kami membandingkan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan sebagai tolak ukur kegiatan yang dilakukan dan indikator pencapaian tujuan, tes dilakukan sebelum dan sesudah ceramah. Tabel berikut menunjukkan bahwa ini dianggap sangat efektif untuk mengukur pengetahuan tentang jumlah dan kualitas ibu hamil dan menyusui.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden didasarkan atas Pengetahuan Hasil *Pre test*

Pengetahuan	N	%
kurang	9	30.0
baik	21	70.0
Total	30	100.0

Hasil pre-test dari tabel 1 dan ibu menyusui tentang ASI Eksklusif menunjukkan bahwa Pengetahuan ibu hamil dinilai kurang 18 (60%) dan baik 12 (40%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden didasarkan Atas Pengetahuan Hasil *Post-test*

Pengetahuan	N	%
kurang	18	60.0
baik	12	40.0
Total	30	100.0

Dari 30 peserta yang mengikuti tes setelahnya, sebagian besar mengetahui betapa pentingnya bagi ibu untuk memberi vaksinasi bayi mereka sejak dini. Tiga puluh peserta (seratus persen) memiliki pemahaman yang baik, dan tidak ada peserta yang memiliki pemahaman yang buruk.

Tabel 3. Skor *Pre-test* dan *Post-test* serta analisis Uji T

Pengetahuan	Mean	Standar Deviasi	Nilai T	P-Value
Pre Test	1.40	0.498	3.525	0.001
Post Test	1.70	0.466		

Tabel 3 dari analisis uji paired sampel menunjukkan hasil pretest rata-rata dengan jumlah kenaikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa instruksi ASI eksklusif

berdampak pada bayi, dengan nilai t -3.525 dan p = 0.001 (<0.05).

Pembahasan

Menurut penelitian Frila, Hamidah, dan Inggar pada tahun 2023, ada hubungan signifikan antara pengetahuan dengan pemberian ASI Eksklusif dan nilai OR 2,931. Ini menunjukkan bahwa ibu yang berpengetahuan baik memiliki peluang dua kali lebih besar daripada ibu yang didukung oleh suami untuk memberikan ASI Eksklusif (Prihatini et al., 2023).

Air susu ibu memiliki berbagai manfaat yang mampu menopang pertumbuhan dan perkembangan bayi, hal ini didukung oleh kandungan nutrisi ASI, antara lain makronutrien berupa air, protein, lemak, karbohidrat, dan karnitin. Mikronutrien berupa vitamin K, vitamin D, vitamin E, vitamin A, vitamin larut dalam air. Air susu ibu juga memiliki mineral dan komponen bioaktif berupa sel hidup, antibodi, sitokin, faktor pertumbuhan, oligosakarida, dan hormon)(The et al., 2023).

Air susu ibu juga mengandung berbagai enzim tertentu yang berfungsi sebagai zat penyerap di usus, sedangkan susu formula tidak mengandung enzim tersebut sehingga penyerapan makanan sepenuhnya bergantung pada enzim yang terdapat pada usus bayi(Handiani, D., & Anggraeni, 2020).

ASI perlu diberikan karena memiliki beberapa kegunaan pada bayi yaitu memberikan kehidupan yang lebih baik untuk perkembangan serta pertumbuhan bayi, memiliki antibodi sehingga melindungi bayi dari beberapa penyakit infeksi virus, bakteri, parasit, dan jamur. ASI memiliki komposisi yang kompleks sesuai dengan kebutuhan bayi di mana meningkatkan kecerdasan bayi, menghindari resiko alergi karena susu formula, menyusui langsung dapat memberikan kasih sayang kepada bayi serta mengurangi resiko penyakit metabolic (The et al., 2023)

Hasil penelitian Erike, Arli, dan Desi tahun 2023 sejalan. Nilai median sikap sebelum penyuluhan adalah 30,50, dan setelah penyuluhan adalah 38,50. Selain itu, ada korelasi yang menunjukkan perbedaan nilai rata-rata pengetahuan dan persepsi ibu hamil di trimester III setelah penyuluhan ASI eksklusif dengan pvalue 0.000 (pvalue $\leq$ 0.05). (Prautami et al., 2023).

Penelitian yang dilakukan pada tahun 2022 oleh Anddina Ananda Yusuff, Fardhoni, Euis Lelly Rekhliana, dan Rosalia Rahayu menemukan bahwa 52,6 persen responden tidak memberikan ASI Eksklusif. Sementara dukungan keluarga tidak mempengaruhi pemberian ASI Eksklusif, pengetahuan, sikap, dan peran tenaga kesehatan adalah faktor yang mempengaruhi pemberian ASI Eksklusif (p=0,861). Itu menunjukkan keterkaitan (Yusuff et al., 2022).

Hasil penelitian Imas menunjukkan bahwa pengetahuan ASI eksklusif sebelum dan sesudah penyuluhan meningkat signifikan sebesar 21,6%. Ini menunjukkan bahwa metode dan media yang digunakan dalam penyuluhan berhasil. (Nurjanah et al., 2022)

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Romaulina tahun 2024 yang menyebutkan bahwa ada hubungan usia, pengetahuan dan sikap ibu terhadap pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan di TMPB "E" tahun 2023 dengan hasil uji statistik didapatkan nilai p value $0,008 \leq 0,05$ yang artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan pemberian ASI eksklusif.

Hal sejalan dengan penelitian akmal tahun 2024 dalam rangka pencegahan dan percepatan penurunan stunting, berbagai upaya telah dilakukan salah satu penyebabnya adalah rendahnya cakupan ASI eksklusif. Intervensi berupa kegiatan penyuluhan kepada ibu hamil dan menyusui telah dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan serta motivasi ibu untuk memberikan ASI eksklusif terlihat peningkatan pengetahuan peserta

dari 47% menjadi 100% setelah dilakukan penyuluhan. (Syahrudin et al., 2020)

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat yang diadakanan pada hari Kamis, 9 Mei 2024, 30 ibu hamil dan ibu menyusui menghadiri kegiatan Kelas Ibu di Posyandu Flamboyan dilaksanakan dengan baik. Pengabdian ini berhasil memberikan edukasi kepada ibu menyusui mengenai kandungan ASI dan pemberian ASI eksklusif pada bayi. Hal ini tidak hanya terlihat dari antusiasme dan pertanyaan yang disampaikan peserta, tetapi juga dari perbandingan nilai pra-pasca tes peserta.

Hasil tes pra-tes menunjukkan bahwa beberapa ibu hamil dan ibu menyusui belum tahu tentang ASI eksklusif karena mereka masih tidak memahami hasil jawaban yang dipilih ibu; setelah materi diberikan, ada peningkatan dan perubahan.

Saran

ASI Eksklusif merupakan topik yang tak asing didengar, alangkah baiknya jika kegiatan seperti ini terus dilakukan kepada masyarakat agar lebih memahami tentang manfaat ASI Eksklusif bagi bayi, demi membantu menciptakan generasi penerus yang sehat.

Disarankan untuk Kegiatan edukasi berupa penyuluhan atau seminar mengenai kandungan ASI dan pemberian ASI eksklusif pada bayi dapat terus dilakukan dengan sasaran yang berbeda untuk meningkatkan kesehatan bayi sekaligus mendukung program pemerintah dalam peningkatan cakupan pemberian ASI eksklusif dan pencegahan gizi buruk dan *stunting* pada bayi dan anak.

Daftar Pustaka

- Badan Pusat Statistik. (2022). Profil Kesehatan Ibu Dan Anak 2022. *Badan Pusat Statistik*.
- Bps. (2024). Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan Asi Eksklusif Menurut Provinsi 2021-2023. *Badan Pusat Statistik*, 3–7.

- Ella, A. (2021). No Title. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2).
- Handiani, D., & Anggraeni, D. (2020). Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada*, 6(2).
- Kemendes Ri. (2021). Manfaat Asi Eksklusif Untuk Ibu Dan Bayi. *Kemendes Ri*.
- Kemendagri Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (Ssgi) 2022. *Kemendes Ri*, 1–154.
- Malla Avila, D. E. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Puskesmas Sokaraja li Kabupaten Banyumas Jawa Tengah. 2005–2003, 8.5.2017, הארץ.
- Mustafa, D., & I. (2018). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Meral Kabupaten Karimun Kabupaten Kepulauan Riau. *Jurnal Kebidanan*.
- Nurhasanah, Afrika, E., & Rahmawati, E. (2021). Hubungan Asi Eksklusif, Status Gizi Dan Faktor Genetik Terhadap Kejadian Stunting Pada Anak Usia 24–59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Sp Padang Kabupaten Ogan Komering Ilir Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 6(2), 19–26.
<https://doi.org/10.36409/jika.v6i2.142>
- Nurjanah, I., Hamidah, A., & Sari, Y. M. (2022). Dukungan Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan (Jppk)*, 1(02), 47–56.
<https://doi.org/10.34305/jppk.v1i02.431>
- Pratami, E. S., Febrianti, A., & Anggraini, D. (2023). Pengaruh Penyuluhan Tentang Asi Eksklusif Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Primigravida Trimester Iii Di Desa Sidomulyo 18. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 10(1), 10–16.
<https://doi.org/10.32539/jks.v10i1.170>
- Prihatini, F. J., Achyar, K., & Kusuma, I. R. (2023). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Ketidakberhasilan Asi Eksklusif Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, 3(4), 184–191.
<https://doi.org/10.14710/jrkm.2023.18811>
- Syahrudin, A. N., Ningsih, N. A., Amiruddin, F., Juhanto, A., Handayani, S., & Salsabila, P. Y. (2020). *Upaya Pencegahan Stunting*. 7, 389–394.
- The, F., Hasan, M., Saputra, S. D., Khairun, U., & Korespondensi, P. (2023). Edukasi Pentingnya Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Di Puskesmas Gambesi. *Jurnal Surya Masyarakat*, 5(2), 208–213.
- Who. (2021). Guideline For The Pharmacological Treatment Of Hypertension
- Yusuff, A. A., Fardhoni, F., Rehkliana, E. L., & Rahayu, R. (2022). Studi Potong Lintang Pemberian Asi Eksklusif Dan Faktor Yang Mempengaruhinya. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan Rs.Dr. Soetomo*, 8(1), 178.
<https://doi.org/10.29241/jmk.v8i1.954>