

## Penyuluhan Tentang Pemberian Asi Eksklusif Di Lingkungan 2 Gapuk Jae Kelurahan Pasar Sempurna Kecamatan Marancar

Rini Amalia Batubara, Siti Ayu Antira, Mutiara Manurung, Elmi Sariani Hasibuan, Srianty Siregar, Ratna Dewi  
Universitas Aufa Royhan Padangsidempuan  
[batubararini8@gmail.com](mailto:batubararini8@gmail.com)

### ABSTRAK

Asi merupakan sumber nutrisi bagi bayi, asi bersifat eksklusif karena pemberiannya hanya berlaku pada bayi usia 0-6 bulan. Pemberian air susu ibu (ASI) saja pada bayi tanpa tambahan makanan atau minuman selama 6 bulan pertama dapat membantu pertambahan berat badan maupun panjang badan, karena komponen ASI sesuai dengan kebutuhan bayi. Tujuan kegiatan ini adalah agar ibu menyusui memahami tentang ASI eksklusif, manfaat ASI dan memberi motivasi kepada ibu menyusui tentang pentingnya kesadaran dalam memberikan asi eksklusif pada bayinya. Metode kegiatan yang akan dilakukan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah Pendidikan/Penyuluhan. Kegiatan ini di laksanakan di Lingkungan 2 Gapuk Jae Kelurahan Pasar Sempurna Kecamatan Marancar. Hasil dari kegiatan penyuluhan ini dilanjutkan dengan memberikan evaluasi kepada peserta yaitu tanya jawab seputar materi asi eksklusif, peserta dapat menjawab dan menjelaskan dengan baik pertanyaan yang diajukan oleh penyuluh/pemateri. Kegiatan berjalan dengan baik dan peserta yang mengikuti kegiatan terlihat antusias dalam mengikuti kegiatan.

**Kata Kunci:** Penyuluhan, ASI, Eksklusif

### ABSTRACT

Breast milk is a source of nutrition for babies, breast milk is exclusive because it only applies to babies aged 0-6 months. Giving only breast milk to babies without additional food or drink during the first 6 months can help increase body weight and length, because the components of breast milk are in accordance with the baby's needs. The aim of this activity is for breastfeeding mothers to understand about exclusive breastfeeding, the benefits of breast milk and to motivate breastfeeding mothers about the importance of awareness in providing exclusive breastfeeding to their babies. The activity method that will be carried out in community service is education/counseling. This activity was carried out in Ward 2 Gapuk Jae, Pasar Perfect Village, Marancar District. The results of this counseling activity were continued by providing an evaluation to the participants, namely questions and answers regarding exclusive breast milk material, participants were able to answer and explain well the questions asked by the instructor/presenter. The activity went well and the participants who took part in the activity looked enthusiastic in participating in the activity.

**Keywords:** Counseling, Breast Milk, Exclusive

### 1. PENDAHULUAN

ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja tanpa makanan tambahan cairan lain

baik susu formula, air putih, air jeruk atau makanan tambahan lain nya pada bayi berumur 0-6 bulan yang akan mempunyai

manfaat yang luar biasa bagi perkembangan dan pertumbuhan bayi di samping meningkatkan ikatan kasih sayang ibu dan bayi. Cakupan pemberian ASI Eksklusif secara nasional pada bayi usia 0-6 bulan tahun 2020 sebesar 66,3% dan terjadi kenaikan di tahun 2021 yaitu sebesar 69,7% (Kemenkes RI, 2020-2021).

Pemberian air susu ibu (ASI) saja pada bayi tanpa tambahan makanan atau minuman selama 6 bulan pertama dapat membantu pertambahan berat badan maupun panjang badan, karena komponen ASI sesuai dengan kebutuhan bayi. ASI mengandung zat gizi dan vitamin yang diperlukan oleh tubuh bayi yaitu: LPUFAS (long chain polyunsaturated fatty), protein, lemak, karbohidrat, laktosa, zat besi, mineral, sodium, kalsium, fosfor dan magnesium, vitamin, taurin, laktobacillus, laktoferin dan lisosim serta air.

ASI dalam jumlah cukup dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi selama enam bulan pertama setelah kelahiran. Setelah 6 bulan berikan makanan tambahan dan tetap teruskan pemberian ASI sampai usia 2 tahun

(Yenie & Amatiria, 2015).

Delapan puluh persen perkembangan otak bayi dimulai sejak di dalam kandungan dan berlanjut hingga usia 3 tahun, disebut periode emas. Oleh karena itu pemberian ASI Eksklusif diperlukan selama 6 bulan yang dapat berlanjut sampai bayi berusia 2 tahun (Kemenkes, 2018).

Pertumbuhan bayi dan anak dapat dipantau dengan mengukur panjang badan, berat badan serta lingkar kepala. Untuk usia di bawah 1 tahun dapat dilakukan setiap bulan, dengan pemeriksaan lanjutnya dapat dilakukan setiap 3 bulan hingga anak berusia 5 tahun (IDAI, 2013).

Hal ini didasarkan pada bukti ilmiah tentang manfaat ASI bagi daya tahan tubuh bayi, pertumbuhan dan perkembangan. Bayi yang tidak diberi ASI secara Eksklusif mempunyai resiko lebih tinggi terkena penyakit. Menunda pemberian makanan padat dan memperpanjang pemberian ASI Eksklusif kepada bayi dapat mengurangi insiden terjadinya alergi makanan (Mukhlis, 2019).

Penyuluhan ini dilakukan di Kelurahan Pasar Sempurna Kecamatan Marancar pada hari Rabu tanggal 16 Agustus 2023. Sebelum kegiatan dilaksanakan sudah ada kesepakatan antara pemateri dengan Kepala Lurah Pasar Sempurna. Adapun

media yang digunakan dalam penyuluhan ini sudah disiapkan dengan baik, yaitu slide show dan leaflet.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat adalah salah satu tugas seorang dosen dalam menjalankan tri darma perguruan tinggi untuk menjadi tenaga kesehatan yang profesional, serta dapat mengaplikasikan ilmu pengetahuan dan keterampilan kesehatan dilapangan.

Kegiatan ini akan dilakukan di Lingkungan 2 Gapuk Jae kelurahan Pasar Sempurna. Peserta pada kegiatan ini adalah Ibu-Ibu di kelurahan Pasar Sempurna, Khususnya pada Wanita Usia Subur (WUS), Ibu hamil dan Ibu menyusui. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 16 Agustus 2023 pukul 16.00-17.00 WIB. Penyuluhan ini berlangsung sangat kondusif. Tujuan dari penyuluhan ini adalah untuk memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang ASI Eksklusif. Penyuluhan berupa presentase menggunakan power point dan pemberian leaflet. Jumlah peserta kegiatan berjumlah 23 orang.

Pengabdian Kepada Masyarakat diawali dengan pembukaan oleh moderator selama 5 menit dengan menyampaikan salam pembukaan acara, dan penyampaian materi disampaikan langsung oleh

pemateri selama 30 menit. Setelah materi disampaikan maka diadakan sesi tanya jawab dengan peserta penyuluhan. Peserta diberi kesempatan untuk bertanya kepada pemateri dan menyampaikan feedback. Peserta terlihat antusias dalam mengikuti penyuluhan.

Penyuluhan dimulai sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan sebelumnya. Peserta memiliki kesiapan dalam mendengarkan materi penyuluhan sampai selesai. Peserta juga mampu memahami materi yg diberikan pemateri tentang ASI Eksklusif. Sarana yang digunakan dalam penyuluhan adalah laptop, LCD, proyektor. Sarana ini dapat digunakan dengan baik.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penyuluhan dilanjutkan dengan memberikan evaluasi kepada peserta. Penyuluhan dilakukan dengan cara mengumpulkan seluruh responden dalam balai desa di Lingkungan 2 Gapuk Jae kelurahan Pasar Sempurna yang cukup luas. Sebelum acara dimulai leaflet dibagikan kepada seluruh peserta. Moderator memberikan kata sambutan dan menjelaskan materi yang akan diberikan. Kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi oleh pemateri. Seluruh peserta yang mengikuti kegiatan penyuluhan terlihat tertib dan sesuai dengan arahan pemateri. Setelah

penyampaian materi, pemateri memberikan waktu untuk sesi tanya-jawab seputar materi yang diberikan dan membagikan snack kepada peserta. Dari hasil kegiatan diketahui pengetahuan ibu hamil tentang ASI Eksklusif semakin meningkat dengan bisa menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diberikan pemateri seputar ASI Eksklusif. Penyuluhan ditutup diakhiri salam penutup oleh moderator.

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

##### Kesimpulan

Setelah pengabdian masyarakat yang kami lakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa penyuluhan pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi bagi kesehatan ibu dan anak, Wanita Usia Subur (WUS), Ibu Hamil dan Ibu Menyusui di di Desa Siuhom Kecamatan Angkola Barat mengikuti kegiatan dengan antusias dalam kegiatan penyuluhan tentang imunisasi *tetanus toxoid* (TT). Hal ini terbukti dengan antusias ibu hamil dalam sesi tanya jawab selama kegiatan. Peserta ibu hamil mendengarkan dan menyimak materi yang disampaikan pemateri dengan sangat baik.

##### Saran

Sehubungan dengan masih adanya keterbatasan pengetahuan pada ibu tentang ASI Eksklusif, maka diharapkan pihak puskesmas dapat lebih memberikan edukasi tentang menyusui kepada ibu

hamil dan menyusui.

#### 5. REFERENSI

IDAI. (2013). Air Susu Ibu dan Tumbuh Kembang Anak.

Kementrian Kesehatan RI (KEMENKES) 2020. Profil Kesehatan Indonesia

Kemendes, R. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018.

Mukhlis. (2019). Pengaruh Pemberian Asi Eksklusif Terhadap Tumbuh Kembang Bayi Umur 6-24 Bulan Di Nagari Sariak Laweh Kec. Akabiluru. **Jurnal Sains dan Teknologi**. <https://ojs.iainbatusangkar.ac.id/ojs/index.php/sainstek/article/view/1530>

Yenie, H., & Amatiria, G. (2015). Studi Komparatif Pemberian ASI Eksklusif dan Pemberian PASI Terhadap Pertambahan Berat dan Panjang Badan pada Bayi Umur 6 Bulan. *Jurnal Keperawatan*, XI (2), 335–343. <http://jurnal.stikes-aisyiyah-palembang.ac.id/index.php/JAM/article/view/409>

## 6. DOKUMENTASI KEGIATAN

