

Pendidikan Kesehatan Tentang ASI Eksklusif Bagi Ibu Menyusui Di Desa Simasom Kota Padangsidempuan

Lola Pebrianthy¹, Natar Fitri Napitupulu²

¹Departement Kebidanan, Universitas Aufa Royhan Kota Padangsidempuan

²Departement Keperawatan, Universitas Aufa Royhan Kota Padangsidempuan
(lolapebrianthy@gmail.com/085270272600)

ABSTRAK

ASI Eksklusif memiliki kontribusi yang besar terhadap tumbuh kembang dan daya tahan tubuh anak. Anak yang diberi ASI eksklusif akan tumbuh dan berkembang secara optimal dan tidak mudah sakit. Dampak bayi yang tidak diberikan ASI secara eksklusif sampai pada usia 6 bulan pertama kehidupan memiliki resiko diare yang parah dan fatal. Bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif, memiliki risiko kematian lebih besar karena terjadinya malnutrisi. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif. Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan cara memberikan informasi tentang ASI eksklusif dengan jumlah peserta sebanyak 25 orang. Hasil evaluasi selama proses kegiatan berlangsung didapatkan seluruh peserta telah paham dan tahu tentang ASI Eksklusif. Dengan adanya pendidikan kesehatan ini, diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan ibu menyusui tentang ASI Eksklusif sehingga program ASI eksklusif dapat capai.

Kata kunci : ASI Eksklusif, Ibu Menyusui

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding has a major contribution to the growth and development and endurance of children. Children who are exclusively breastfed will grow and develop optimally and not get sick easily. The impact of infants who are not exclusively breastfed until the age of the first 6 months of life has a risk of severe and fatal diarrhea. Infants who are not exclusively breastfed have a greater risk of death due to malnutrition. This community service aims to increase mother's knowledge about exclusive breastfeeding. This community service is carried out by providing information about exclusive breastfeeding with a total of 25 participants. The results of the evaluation during the activity process were found that all participants had understood and knew about exclusive breastfeeding. With this health education, it is hoped that it will increase the knowledge of breastfeeding mothers about exclusive breastfeeding so that the exclusive breastfeeding program can be achieved.

Keywords : *Exclusive breastfeeding, Breastfeeding Mother*

1. PENDAHULUAN

UNICEF dan WHO merekomendasikan sebaiknya bayi hanya disusui air susu ibu (ASI) selama paling sedikit 6 bulan, dan pemberian ASI dilanjutkan sampai bayi berumur dua tahun. Agar ibu dapat mempertahankan ASI eksklusif selama 6 bulan, WHO merekomendasikan agar melakukan inisiasi menyusui dalam satu jam pertama kehidupan, bayi hanya menerima ASI tanpa tambahan

makanan atau minuman, termasuk air, menyusui sesuai permintaan atau sesering yang diinginkan bayi, dan tidak menggunakan botol atau dot (WHO, 2018).

Sustainable Development Goals menargetkan pada tahun 2030 dapat mengurangi angka kematian neonatal paling sedikit 12 per 1.000 kelahiran hidup dan kematian pada anak di bawah usia 5 tahun paling sedikit 25 per 1.000 kelahiran hidup. Hal

tersebut dapat dicapai salah satunya dengan pemberian ASI eksklusif dilaksanakan dengan baik. Namun, hanya 44 persen dari bayi baru lahir di dunia yang mendapat ASI dalam waktu satu jam pertama 2 sejak lahir, bahkan masih sedikit bayi di bawah usia enam bulan disusui secara eksklusif. Cakupan pemberian ASI eksklusif di Afrika Tengah sebanyak 25%, Amerika Latin dan Karibia sebanyak 32%, Asia Timur sebanyak 30%, Asia Selatan sebanyak 47%, dan negara berkembang sebanyak 46%, secara keseluruhan, kurang dari 40 persen anak di bawah usia enam bulan diberi ASI eksklusif. Hal tersebut belum sesuai dengan target WHO yaitu meningkatkan pemberian ASI eksklusif dalam 6 bulan pertama sampai paling sedikit 50%. Ini merupakan target ke lima WHO di tahun 2025 (WHO, 2014)

Bayi yang diberikan ASI Eksklusif memiliki risiko lebih kecil untuk terkena penyakit dibandingkan dengan bayi yang tidak ASI eksklusif karena bayi yang mendapat ASI eksklusif tidak terkena kontaminasi dari makanan lain. Pemberian ASI harus dianjurkan kepada setiap ibu yang melahirkan karena banyak manfaat yang diperoleh dengan pemberian ASI yaitu manfaat fisiologis dan psikologis pada ibu dan bayi. Manfaat fisiologis dari beberapa penelitian epidemiologis menyatakan bahwa ASI melindungi bayi dan anak dari penyakit infeksi, misalnya diare, otitis media, dan infeksi saluran pernafasan akut bagian bawah (Kemenkes RI, 2017).

ASI Eksklusif memiliki kontribusi yang besar terhadap tumbuh kembang dan daya tahan tubuh anak. Anak yang diberi ASI eksklusif akan tumbuh dan berkembang secara optimal dan tidak mudah sakit. Dampak bayi yang tidak diberikan ASI secara eksklusif sampai pada usia 6 bulan pertama kehidupan memiliki resiko diare yang parah dan fatal. Resiko tersebut 30 kali lebih besar dari pada bayi yang diberi ASI secara penuh. Dan bayi tidak diberikan ASI eksklusif, memiliki risiko kematian lebih besar karena terjadinya malnutrisi (Haryono, 2014).

Adapun tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif agar program ASI eksklusif dapat tercapai.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini berupa metode penyuluhan dan diskusi. Panitia pelaksana terdiri dari : ketua tim dan anggota yang berasal dari dosen dan mahasiswa Universitas Aupa Royhan di Kota Padangsidimpuan.

Diawali dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang ASI eksklusif kemudian diskusi mengenai hambatan apa yang ditemui oleh para ibu pada saat pemberian ASI. Kegiatan ini dilakukan di Desa Simasom Kota Padangsidimpuan.

Pada saat pelaksanaan kegiatan, mitra berasal dari kader dan bidan desa di Desa Simasom. Mereka juga turut serta mengikuti rangkaian kegiatan yang dilakukan dan aktif berperan sebagai mitra dalam kegiatan ini.

3 HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini bertujuan sebagai media dalam mengaplikasikan ilmu pengetahuan dari dosen dan mahasiswa kepada ibu menyusui yang ada di Desa Simasom Kota Padangsidimpuan, bahwa ASI eksklusif sangat penting bagi kelangsungan hidup bayi, memiliki banyak manfaat yang berdampak baik bagi kesehatan bayi dan juga keluarga serta sebagai bentuk tri darma perguruan tinggi bagi dosen di Universitas Aupa Royhan di Kota Padangsidimpuan.

Adapun kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 7 Juli 2021, pada pukul (10.00-12.00) WIB di Desa Simasom Kota Padangsidimpuan. Yang berperan dalam penyuluhan ini yaitu Ketua (Lola Pebrianthy, SST, M.Keb), Sekretaris (Ns. Natar Fitri Napitupulu, M.Kep), Anggota (Derliana Siregar, Robiatun Adawiyah).

Kegiatan dimulai dengan pembukaan oleh protokol, kemudian kata sambutan dari yang mewakili Desa Simasom Kota Padangsidimpuan, dan dilanjutkan dengan pemberian materi tentang ASI Eksklusif dan diakhiri dengan diskusi. Pada saat demonstrasi berlangsung, para peserta terlihat sangat

antusias dan banyak menanyakan hal-hal yang mereka kurang pahami. Jumlah peserta pada kegiatan ini sebanyak 25 orang yang terdiri dari ibu-ibu menyusui dan juga beberapa didampingi oleh suaminya. Hasil evaluasi selama proses kegiatan berlangsung didapatkan hampir seluruh peserta telah paham dan tahu tentang ASI eksklusif dan para suami juga mendukung pemberian ASI eksklusif tersebut.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan berjalan dengan baik. Semua ibu menyusui yang ada di Desa Simasom Kota Padangsidimpuan tampak antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan ini. Para suami juga mendukung pemberian ASI eksklusif ini yang tentu akan berdampak baik bagi para ibu karena mendapatkan dukungan dari orang terdekat. Disarankan agar kader bersama bidan desa di Desa Simasom mau melakukan kegiatan seperti ini secara berkelanjutan agar program ASI eksklusif dapat tercapai.

5. REFERENSI

World Health Organization (WHO). (2014). *Global Nutrition Targets 2025 Breastfeeding Policy Brief*. [online]. Tersedia: http://www.who.int/nutrition/publications/globalnutritiontargets2025_policybrief_breastfeeding/en/.

World Health Organization (WHO). (2018). *Exclusive Breastfeeding*. [online]. Tersedia: http://www.who.int/nutrition/topics/exclusive_breastfeeding/en/.

Kemendes RI. (2017). *Menyusui 1000 Hari Pertama Periode Emas Kehidupan Bayi*. Kemendes RI. Jakarta.

Haryono, R., dan S. Setianingsih. (2014). *Manfaat Asi Eksklusif untuk Buah Hati Anda*. Gosyen Publishing : Yogyakarta.

6. DOKUMENTASI PELAKSANAAN

