

## PENYULUHAN TENTANG PEMBERIAN ASI ESKLUSIF PADA IBU MENYUSUI DI PUSKESMAS DATUK BANDAR

Oleh  
Meni Fuzi Astuti Tanjung<sup>1</sup>, Erlina Esther Rotua Siringoringo<sup>2</sup>  
Stikes Sakinah Husada Tanjung Balai <sup>1,2</sup>  
[menifuzi88@gmail.com/085371766546](mailto:menifuzi88@gmail.com)  
[erlina88ester@gmail.com/081360063087](mailto:erlina88ester@gmail.com)

### ABSTRAC

*Breast milk is an emulsion of fat in a solution of protein, lactose and organic salts secreted by both sides of the mother's breast glands as the main food for infants. Exclusive breastfeeding is the provision of breast milk to infants aged 0-6 months without complementary foods. Breast milk is deficient in calories and protein. In infants this is very dangerous because the number of brain cells and also the surface area of the brain is actually still in a disturbed/stopped stage, causing a decrease in mental, intellectual and physical capacity in the future. The target of this service is mothers who have babies and toddlers as many as 26 people. The purpose of this activity is to increase knowledge and awareness of mothers about the benefits of exclusive breastfeeding. The activity carried out is counseling. The results of this activity, After counseling about the benefits of exclusive breastfeeding, the community knows the importance of exclusive breastfeeding for their children. The results of the review of community service, many mother no longer provide additional food to babies who are less than 6 months old. The counseling activities carried out went well by the mothers, the activities seemed enthusiastic in participating in the counseling activities.*

**Key Word:** *exclusive breastfeeding benefits*

### ABSTRAK

ASI adalah suatu emulasi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam- garam organik yang disekresi oleh kedua belah kelenjar payudara ibu sebagai makanan utama bagi bayi ASI eksklusif adalah pemberian air susu ibu kepada bayi usia 0 – 6 bulan tanpa makanan pendamping ASI Kekurangan kalori dan protein pada bayi ini sangat berbahaya karena jumlah sel otak dan juga luas permukaan otak yang sebenarnya masih dalam taraf terganggu/terhenti sehingga menyebabkan penurunan kapasitas mental, intelektual dan juga fisik dimasa mendatang. Sasaran pengabdian ini ibu yang memiliki bayi dan anak balita sebanyak 26 orang di Tujuan kegiatan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu tentang manfaat ASI eksklusif. Kegiatan yang dilakukan yaitu penyuluhan. Hasil dari kegiatan ini, Setelah dilakukan penyuluhah tentang manfaat ASI eksklusif, masyarakat mengetahui pentingnya pemberian asi eksklusif pada anaknya. Hasil peninjauan kembali pengabdian kepada masyarakat ibu-ibu sudah banyak yang tidak lagi memberikan tambahan makanan pada bayi yang usianya kurang dari 6 bulan Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan berjalan dengan baik oleh ibu, kegiatan tampak antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan

**Kata Kunci :** Manfaat ASI Eksklusif

## 1. PENDAHULUAN

ASI adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam- garam organik yang disekresi oleh kedua belah kelenjar payudara ibu sebagai makanan utama bagi bayi ASI eksklusif adalah pemberian air susu ibu kepada bayi usia 0 – 6 bulan tanpa makanan pendamping ASI. Sudah menjadi pendapat umum bahwa kondisi gizi yang optimal dari anak – anak sekarang, terutama pada bayi adalah sesuatu hal yang mutlak demi kesehatan dan pertumbuhan yang baik pada masa mendatang. Disamping itu diakui pula bahwa untuk bayi, air susu ibu (ASI) adalah satu – satunya sumber zat makanan alamiah yang perlu dilindungi serta dipromosikan di seluruh negara (Risksedas, 2018)

Pengalaman telah menunjukkan bahwa terbentuknya cara pemberian makanan bagi yang tepat serta lestariannya pemakaian ASI sangat tergantung kepada informasi yang diterima oleh ibu – ibu. Khusus mengenai kekurangan kalori dan protein pada bayi di pedesaan, disamping penakaran susu yang kurang tepat juga sering disebabkan karena penyapihan yang terlalu dini. Pada masyarakat yang buta gizi dimana air susu

ibu diganti dengan air tajin/pisang. Kekurangan kalori dan protein pada bayi ini sangat berbahaya karena jumlah sel otak dan juga luas permukaan otak yang sebenarnya masih dalam taraf terganggu/terhenti sehingga menyebabkan penurunan kapasitas mental, intelektual dan juga fisik dimasa mendatang (Kemenkes RI, 2017)

Dari Hasil Survey di puskesmas datuk bandar banyak ditemukan Masyarakat yang mempunyai bayi 0-6 bulan yang tidak memberikan Asi sejak lahir. Selain masalah kurangnya pengetahuan tentang asi eksklusif masalah yang lain adalah banyak PUS yang tidak menggunakan alat kontrasepsi. Maka dari itu praktek lapangan (PKL) merupakan bentuk pembelajaran klinik dengan menerapkan materi yang telah didapat dibangku kuliah terutama mata kuliah kebidanan komunitas pada keluarga, dimana mahasiswa mendapatkan pengalaman nyata tentang peran dan fungsi bidan di masyarakat dan memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk bekerja dengan individu, keluarga dan kelompok di tatanan pelayanan kebidanan serta dapat mengembangkan Asuhan Kebidanan Komunitas pada keluarga dengan menggunakan manajemen kebidanan dan pengorganisasian masyarakat.

## 2. METODE

Pada awal pelaksanaan kegiatan, kelompok mengawali dengan meminta izin kepada kepala Puskesmas Datuk Bandar, setelah mendapatkan izin, Panitia melakukan kontrak waktu dengan masyarakat khususnya ibu yang memiliki bayi, kemudian mempersiapkan materi dan alat yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan. Kegiatan penyuluhan ini berlangsung selama 60 menit. Bentuk kegiatan yang dilakukan yaitu Penyuluhan pendidikan kesehatan tentang manfaat ASI eksklusif.

Pelaksanaan penyuluhan kegiatan kesehatan diadakan :

Hari/Tanggal : Senin, 09 Februari 2022

Tempat : Puskesmas Datuk Bandar

Peserta : Ibu

Adapun tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan informasi kepada seluruh masyarakat terutama yang mempunyai anak bayi dan balita, Penyuluhan berupa presentase, pemberian poster. Jumlah peserta kegiatan berjumlah 26 orang. Penyuluhan dilakukan kepada masyarakat yang diawali dengan pembukaan oleh moderator selama 10 menit dengan menyampaikan salam pembukaan acara dan isi materi tentang imunisasi, hal ini disampaikan langsung oleh pemateri selama 40 menit. Setelah

materi di sampaikan, pemateri memberikan waktu untuk sesi tanya-jawab selama 10 menit. Sesi tanya-jawab terdiri dari ibu-ibu yang bertanya kepada pemateri dan pemateri memberikan jawaban dari pertanyaan kepada ibu-ibu. Ibu diberikan kesempatan untuk bertanya kepada pemateri dan menyampaikan feedback. Ibu terlihat antusias dalam mengikuti penyuluhan.

## 3. HASIL

Saat melakukan penyuluhan terlihat antusias dari ibu yang mengikuti kegiatan penyuluhan. Para ibu yang akan mengikuti kegiatan terlihat dengan tertib dan sesuai dengan yang diarahkan oleh panitia kegiatan diharapkan dengan kegiatan ini dapat menambah pengetahuan ibu terkait pemberian ASI eksklusif pada ibu. Seperti penelitian (Tanjung, 2022) mengatakan Pengetahuan yang baik tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal, akan tetapi bisa didapat melalui pendidikan non formal. Pengetahuan seseorang tentang sesuatu obyek juga mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan negatif (Tanjung, 2022)

Panitia dapat melaksanakan kegiatan ini dengan tertib. Peserta penyuluhan mengerti dari apa yang telah disampaikan dengan kriteria mampu menjawab pertanyaan yang

disampaikan, Meningkatkan pengetahuan orang tua peserta penyuluhan sehingga dapat menurunkan angka kejadian penyakit yang dapat dicegah dengan asi eksklusif.

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

ASI eksklusif adalah pemberian air susu ibu kepada bayi usia 0 – 6 bulan tanpa makanan pendamping ASI. ASI mengandung protein, lemak, karbohidrat, garam mineral, zat besi, vitamin dan zat pelindung yang sangat bermanfaat bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi karena kandungan ASI sesuai kebutuhan tubuh bayi dan meningkatkan hubungan kasih sayang ibu dan bayi

#### 5. REFERENSI

- Kemenkes RI. (2017). Analisis Lansia Di Indonesia. *Pus. Data Dan Inf. Kementeri. Kesehat. Ri.*
- Riskesdas, K. (2018). Hasil Utama Riset Kesehata Dasar (Riskesdas). *Journal Of Physics A: Mathematical And Theoretical*, 44(8), 1–200.
- Tanjung, M. F. A. (2022). Hubungan Pengetahuan Kader Dengan Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Datuk Bandar Tahun 2021. *Jidan (Jurnal Ilmiah Kebidanan)*, 2(1), 36–42.