

## **PENTINGNYA PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA BAYI USIA 0 - 6 BULAN**

**Siti Amallia<sup>1</sup>, Era Mardia Sari<sup>2</sup>, Meta Rosdiana<sup>3</sup>, Nelly Mariyam<sup>4</sup>,  
Yessy Octa Fristika<sup>5</sup>, Helni Anggraini<sup>6</sup>**

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Program Studi D-III Kebidanan STIK Siti Khadijah Palembang

Email : azesilia.89@gmail.com, eramardiasari@gmail.com,  
rosdiana.meta76@gmail.com, nellymariyam88@gmail.com, yessyfristika@gmail.com,  
helnianggraini589@gmail.com.

### **Abstrak**

ASI Eksklusif adalah pemberian ASI sedini mungkin setelah persalinan, diberikan tanpa jadwal dan tidak diberi makanan lain, walaupun air putih, sampai bayi berumur 6 bulan. Masih banyak ibu yang memberikan makanan tambahan pengganti ASI (MP-ASI) kepada bayi yang berumur kurang dari empat bulan. Pemberian MP-ASI terlalu dini mempunyai resiko kontaminasi yang sangat tinggi yaitu terjadinya gastroenteritis yang sangat berbahaya bagi bayi dan dapat mengurangi produksi ASI lantaran bayi jarang menyusui. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah dan tanya jawab dengan menggunakan media cetak seperti *Flip Chart* dan *leaflet*. Kegiatan ini dilaksanakan di PMB Misni Herawati Kota Palembang pada tanggal 03 Desember 2021 dan diikuti oleh 24 orang peserta penyuluhan. Hasil yang didapatkan dalam kegiatan ini adalah terdapat peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu tentang manfaat pemberian ASI Eksklusif pada bayi. Diharapkan dari kegiatan ini semua ibu hamil dan ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan dapat memberikan ASI Eksklusif hingga bayi berusia 2 tahun karena ASI mengandung zat gizi dan berbagai zat kekebalan tubuh yang dibutuhkan bayi sehingga dapat melindungi bayi dari penyakit seperti diare, sakit telinga, infeksi saluran pernafasan dan alergi.

**Kata Kunci : ASI Eksklusif, Ibu, Ibu Hamil**

### **Abstract**

*Exclusive breastfeeding is breastfeeding as early as possible after childbirth, given without a schedule and not given any other food, even water, until the baby is 6 months old. There are still a lots of mothers who provide complementary food to substitute breast milk (MP-ASI) for babies whom are less than 4 months old. Giving MP-ASI too early has a very high risk of contamination, namely the occurrence of gastroenteritis which is very dangerous for babies and can reduce milk production because babies rarely breastfeed. The purpose of this community service activity is to increase knowledge and awarness of mothers, the importance of exclusive breastfeeding for babies. The method used in this activity is lecture and question and answer using printed media such as Flip Charts and leaflets. This activity was carried out at PMB Misni Herawati Palembang City on December 3, 2021 and was attended by 24 counseling participants. The results obtained in this activity are that there is an increase in mother's knowledge and understanding of the benefits of exclusive breastfeeding for babies. It is expected that from this activity all pregnant women and mothers who have babies aged 0-6*

*months can provide exclusive breastfeeding until the baby is 2 years old because breast milk contains nutrients and various immune substances that babies need so that they can protect babies from diseases such as diarrhea, earache, respiratory infections and allergies.*

**Keywords: Exclusive Breastfeeding, Mother, Pregnant Women**

## **PENDAHULUAN**

Air Susu Ibu (ASI) sebagai sumber utama laktosa apabila berhasil secara eksklusif diberikan kepada bayi sampai usia 4-6 bulan akan menjamin kebutuhan energi dan komponen untuk pertumbuhan sel-sel syaraf dan otak sebagai persiapan kualitas tumbuh kembang (Purwanti, 2014).

*World Health Organization* (WHO) dan *United Nations Childrens Fund* (UNICEF) merekomendasikan agar ibu menyusui bayinya saat satu jam pertama setelah melahirkan dan melanjutkan hingga usia 6 bulan pertama kehidupan bayi. Pengenalan makanan pelengkap dengan nutrisi yang memadai dan aman diberikan saat bayi memasuki usia 6 bulan dengan terus menyusui sampai 2 tahun atau lebih (WHO, 2018).

ASI eksklusif berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian ASI Eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral) (Kemenkes RI, 2021).

Secara nasional, cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2020 yaitu sebesar 66,06%.

Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2020 yaitu 40%. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Provinsi Nusa Tenggara Barat (87,33%), sedangkan persentase terendah terdapat di Provinsi Papua Barat (33,96%). Terdapat empat provinsi yang belum mencapai target Renstra tahun 2020, yaitu Maluku dan Papua Barat. (Kemenkes RI, 2021).

Cakupan pemberian ASI eksklusif yang terhimpun di Sumatera Selatan tahun 2020 adalah sebesar 51,6%, belum mencapai target program. Cakupan ini menurun dibanding tahun 2019 dengan cakupan 57,8%. Kabupaten/kota dengan cakupan pemberian ASI eksklusif tertinggi adalah Kota Prabumulih yaitu 73,9%, sedangkan yang terendah adalah Kabupaten Musi Rawas sebesar 9,5% (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, 2021).

Berdasarkan data dari Puskesmas diketahui bahwa cakupan bayi yang mendapat ASI Eksklusif di Kota Palembang tahun 2020 sebesar 76,1%. Cakupan tersebut mengalami penurunan dibandingkan dengan tahun 2019 (78,30%) (Dinas Kesehatan Kota Palembang, 2021).

Masih banyak ibu yang memberikan makanan tambahan pengganti ASI (MP-ASI) kepada bayi yang berumur kurang dari empat bulan. Pemberian MP-ASI terlalu dini mempunyai resiko kontaminasi yang sangat tinggi, yaitu terjadinya gastroenteritis yang sangat berbahaya bagi bayi dan dapat mengurangi produksi ASI lantaran bayi jarang menyusui (Prasetyono, 2012).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan pada bulan Oktober 2021 kepada 10 orang ibu hamil dan ibu yang memiliki bayi usia < 2 tahun didapatkan hasil sebagian besar ibu tidak memberikan ASI Eksklusif. Berdasarkan

hal diatas maka penulis tertarik untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi Usia 0 - 6 Bulan”.

## **MASALAH**

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalahnya adalah masih rendahnya pengetahuan dan pemahaman ibu terhadap pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan.

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam bentuk pendidikan kesehatan yaitu dengan memberikan penyuluhan, sedangkan metode yang digunakan berupa ceramah dan tanya jawab. Sasaran kegiatan adalah semua ibu hamil dan ibu yang memiliki bayi usia < 2 tahun berjumlah 24 orang. Adapun peralatan yang digunakan dalam kegiatan ini berupa *Flip Chart* dan *leaflet*. Materi yang di sampaikan meliputi definisi ASI, cara penyimpanan ASI, hal yang mempengaruhi produksi ASI, definisi ASI Eksklusif, manfaat ASI Eksklusif bagi ibu dan bayi, masalah dalam pemberian ASI Eksklusif dan Teknik menyusui yang benar.

Tahapan persiapan kegiatan yang dilakukan yakni ketua pelaksanaan bersama anggota tim melakukan survey ke lokasi dan meminta perizinan dengan pihak pimpinan PMB Misni Herawati terkait kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan, setelah mendapatkan perizinan kegiatan tahap selanjutnya yaitu kami melakukan kontrak waktu dalam menentukan waktu yang tepat untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Selain itu kami meminta perizinan dengan Pusat pengabdian masyarakat STIK Siti Khadijah untuk diterbitkannya Surat Tugas Pengabdian Dosen. Adapun sarana dan prasaran yang kami persiapkan seperti : *Flip Chart*, *leaflet*, laptop dan proyektor.

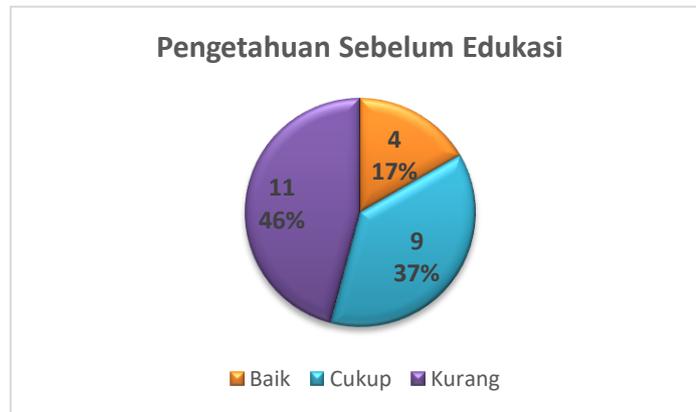
Tahapan pelaksanaan kegiatan ini dilakukan pada hari Jum'at, tanggal 03 Desember tahun 2021 bertempat di PMB Misni Herawati Jl. Sei Betung No. 628 Kelurahan Siring Agung Kecamatan Ilir Barat I Kota Palembang. Kegiatan ini dimulai dengan pemberian leaflet kepada peserta penyuluhan yang berjumlah 24 peserta. Moderator membuka acara dengan mengucapkan salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud serta tujuan penyuluhan. Kegiatan edukasi ini berlangsung ± 100 menit terbagi menjadi lima sesi : sesi pertama yaitu mengukur tingkat pengetahuan peserta dengan mengadakan *pretest* yang berlangsung 15 menit, sesi kedua yaitu memberi edukasi kesehatan tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan yang berlangsung 30 menit, sesi ketiga yaitu diskusi, tanya jawab dengan peserta dan pemberian *doorprize* kepada peserta yang dapat menjawab pertanyaan dari tim penyuluhan yang berlangsung 15 menit, sesi keempat yaitu kesimpulan dan evaluasi kegiatan yang dilakukan selama 10 menit sedangkan sesi kelima yaitu dengan melakukan pengukuran tingkat pengetahuan setelah dilaksanakannya edukasi melalui *posttest* selama 15 menit.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil yang didapatkan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah terdapatnya peningkatan pengetahuan ibu, sebelum diberikan edukasi kesehatan dimana sebagian dari peserta memiliki pengetahuan dalam katagori kurang sedangkan setelah diberikan edukasi sebagian besar peserta memiliki

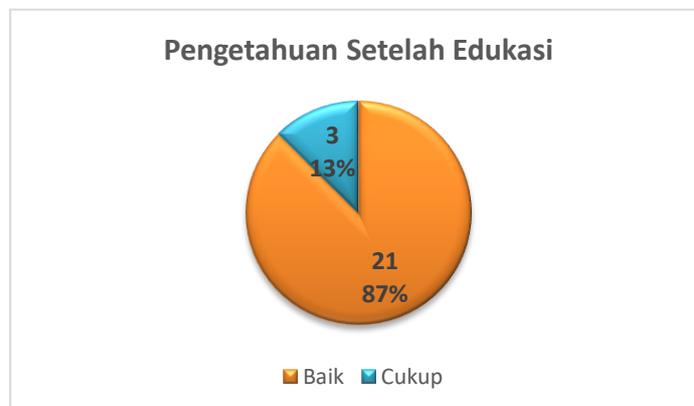
pengetahuan baik, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik 1 dan grafik 2 dibawah ini :

**Grafik 1. Tingkat Pengetahuan Sebelum Dilakukan Edukasi Kesehatan**



Pada Grafik 1. Menjelaskan bahwa sebelum dilakukan edukasi kesehatan tentang pengetahuan pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan didapatkan data dari 24 peserta penyuluhan, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam katagori kurang yaitu 11 (46%) orang peserta, tingkat pengetahuan baik sebanyak 4 (16%) orang, dan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 9 (37%) orang. Sebagian besar peserta kurang mengetahui pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan.

**Grafik 2. Tingkat Pengetahuan Setelah Dilakukan Edukasi Kesehatan**



Pada Grafik 2. Menjelaskan bahwa setelah dilakukan edukasi kesehatan tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan didapatkan data dari 24 peserta penyuluhan sebagian besar peserta memiliki pengetahuan baik yaitu 21 (87%) orang peserta dan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 3 (13%) orang peserta. Dari hasil diatas terdapat peningkatan pengetahuan ibu tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan.

Hal ini sejalan dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Ratih (2018), didapat hasil setelah dilakukan pendidikan kesehatan, terdapat peningkatan pengetahuan ibu tentang kecukupan ASI sebesar 3.32 point. Hal ini menunjukkan penyuluhan merupakan salah satu cara membantu masyarakat untuk merubah sikap dan perilakunya untuk lebih sehat secara mandiri.

Menurut pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Eliya (2018) dengan hasil yang didapatkan dari penyebaran kuesioner pengetahuan ibu terhadap pentingnya ASI Eksklusif, diketahui sebanyak 90% dari responden sudah memiliki pengetahuan yang baik mengenai pentingnya ASI Eksklusif.

ASI Eksklusif adalah pemberian ASI sedini mungkin setelah persalinan, diberikan tanpa jadwal dan tidak diberi makanan lain, walaupun air putih, sampai bayi berumur 6 bulan. Alasan ASI diberikan sampai 6 bulan tidak 4 bulan yakni: Pertama: komposisi ASI cukup untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi apabila diberikan tepat dan benar sampai umur bayi 6 bulan. Kedua: bayi saat umur 6 bulan sistem pencernaannya mulai matur, jaringan usus bayi sehingga kemungkinan kuman/protein dapat langsung masuk sistem peredaran darah yang menimbulkan alergi, pori-pori tersebut tertutup saat bayi berumur 6 bulan (Rukiyah, 2011).

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek dari indra yang dimilikinya. Dengan sendirinya, pada waktu pengindraan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran dan indera penglihatan (Notoatmodjo, 2012).

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat, teori, dan hasil pengabdian masyarakat terkait, penulis berasumsi bahwa dengan dilakukannya edukasi kesehatan tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan maka pengetahuan ibu akan mengalami peningkatan menjadi lebih baik. Pengetahuan yang baik diharapkan dapat memberikan pengaruh pada perubahan sikap maupun kesadaran ibu dalam memberikan ASI Eksklusif. Dengan tingkat pengetahuan yang baik sikap positif pada pemberian ASI Eksklusif dapat meningkatkan cakupan pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0 - 6 bulan.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan ASI Eksklusif

## **KESIMPULAN**

Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan. Adanya peningkatan pengetahuan ini menunjukkan bahwa pelaksanaan kegiatan penyuluhan di PMB Misni Herawati Kota Palembang berhasil dilaksanakan dengan baik. Diharapkan hasil kegiatan ini dapat menumbuhkan kesadaran bagi semua ibu agar mampu dan mau memberikan ASI Eksklusif hingga bayi berusia 2 tahun karena ASI mengandung zat gizi dan

berbagai zat kekebalan tubuh yang dibutuhkan bayi sehingga dapat melindungi bayi dari penyakit seperti diare, sakit telinga, infeksi saluran pernafasan dan alergi.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat berjalan dengan tertib dan lancar tentunya tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, kami mengucapkan terima kasih kepada Ketua STIK Siti Khadijah Palembang sebagai pemberi dukungan baik materil maupun administrative, Pimpinan dan Staf PMB Misni Herawati kota Palembang, serta para peserta kegiatan penyuluhan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Dinas Kesehatan Kota Palembang. 2021. *Profil Kesehatan Kota Palembang tahun 2020*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan. 2021. *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan tahun 2020*.
- Eliya Mursyidah. 2018. *Jurnal pengabdian masyarakat Pentingnya Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Di Posyandu Bunga Tanjung Desa Tanah Merah* <https://media.neliti.com/media/publications/317855-pentingnya-pemberian-asi-eksklusif-pada-622e7109.pdf>. Diakses tanggal 20 Oktober 2021
- Kemendes RI. 2021. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Jakarta. <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf>. Diakses 20 Oktober 2021.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Prasetyono, D. S., 2012. *Buku Pintar ASI Eksklusif*. DIVA Press. Edisi 3. Hal: 91-94
- Purwanti, H.S. 2014. *Konsep Penerapan ASI Eksklusif*. Jakarta : EGC.
- Ratih et al. 2018. *Peningkatan Persepsi Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui*. Jurnal Abdimas PHB Vol 1 No 1 Januari 2018. <http://ejournal.poltektegal.ac.id/index.php/abdima/article/view/687/575>. Diakses 20 Oktober 2021.
- Rukiyah, Ai Yeyeh. dkk. 2011. *Asuhan Kebidanan III (Nifas)*. Jakarta : CV. Trans Info Media.
- World Health Organization (WHO), 2018. *Exclusive Breastfeeding*. [http://www.who.int/nutrition/topics/exclusive\\_breastfeeding/en/](http://www.who.int/nutrition/topics/exclusive_breastfeeding/en/). Diakses 12 Oktober 2021.