

Pentingnya Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Di Desa Boda-Boda Kabupaten Mamuju

The Importance of Exclusive Breastfeeding for Babies in Boda-Boda Village, Mamuju Regency

Dewi Parwati¹, Kiki Uniarti Thalib²

^{1,2} Institut Kesehatan & Bisnis Siti Fatimah Mamuju

Email korespondensi : Parwatidewi27@gmail.com

Article History:

Received: 30 Mei 2022

Revised: 07 Juni 2022

Accepted: 28 Juli 2022

Keywords: *Exclusive*

Breastfeeding, Breastfeeding.

Abstract: *Breast milk (ASI) is a liquid formed from a mixture of two substances, namely fat and water contained in a solution of protein, lactose and inorganic salts produced by the mother's breast glands and is useful as baby food (Maryunani, 2013). Exclusive breastfeeding is breastfeeding only, without giving other food or drinks to the baby until the baby is six months old, except for vitamins, minerals, medicines, and oral rehydration salts. It is a fact that mortality (death rate) and morbidity (disease rate) in exclusively breastfed infants are much lower than infants who are not breastfed. Healthy children will certainly develop their intelligence more than children who are often sick, especially if the illness is severe. The main idea underlying this Community Service plan is to fulfill the Tri Dharma of Community Service, Educational Midwife, St. Health and Business Institute. Fatimah wants to carry out an outreach program in Boda-Boda Village which aims to teach postpartum mothers how to properly give exclusive breastfeeding to babies. In connection with this, we submitted a proposal to the chairman of the foundation so that we would be given assistance to carry out social services.*

Abstrak

Air Susu Ibu (ASI) adalah suatu cairan yang terbentuk dari campuran dua zat yaitu lemak dan air yang terdapat dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam anorganik yang dihasilkan oleh kelenjar payudara ibu dan bermanfaat sebagai makanan bayi (Maryunani, 2013). ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja, tanpa memberikan makanan atau minuman lain kepada bayi sampai bayi berusia enam bulan, kecuali vitamin, mineral, obat-obatan, dan garam rehidrasi oral. Suatu kenyataan bahwa mortalitas (angka kematian) dan morbiditas (angka terkena penyakit) pada bayi ASI eksklusif jauh lebih rendah dibanding dengan bayi yang tidak mendapatkan ASI. Anak yang

sehat tentu akan lebih berkembang 10 kepandaiannya dibanding anak yang sering sakit terutama bila sakitnya berat. Ide pokok yang mendasari rencana Pengabdian Masyarakat ini adalah dalam rangka memenuhi Tri Dharma Pengabdian Masyarakat Bidan Pendidikan Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah ingin melaksanakan program penyuluhan di Desa Boda-Boda yang bertujuan untuk mengajarkan Ibu Nifas bagaimana cara pemberian ASI Eksklusif pada bayi dengan benar. Berhubungan dengan hal tersebut, maka kami mengajukan proposal kepada ketua yayasan agar kami diberi bantuan untuk melaksanakan baksos.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, Menyusui.

1. PENDAHULUAN

ASI (Air Susu Ibu) merupakan makanan Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan pertama, utama, dan terbaik bagi bayi yang hanya diberi ASI selama 6 bulan tanpa tambahan makanan cairan lain kecuali vitamin, mineral, dan obat. Pertumbuhan dan perkembangan bayi sebagian besar ditentukan oleh jumlah ASI yang diperoleh termasuk energi dan zat gizi lainnya yang terkandung di dalam ASI tersebut. Peningkatan kualitas manusia harus dimulai sedini mungkin yaitu sejak dini yaitu sejak masih bayi, salah satu faktor yang memegang peranan penting dalam peningkatan kualitas manusia adalah pemberian Air Susu Ibu (ASI). Pemberian ASI semaksimal mungkin merupakan kegiatan penting dalam pemeliharaan anak dan persiapan generasi penerus dimasa depan.

ASI merupakan cairan untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi dan melindunginya dalam melawan serangan penyakit. Keseimbangan zat – zat gizi dalam ASI berada pada tingkat terbaik dan ASI memiliki bentuk yang paling baik bagi tubuh bayi. ASI juga sangat kaya akan sari makanan yang mempercepat pertumbuhan sel – sel otak dan perkembangan sistem saraf. Makanan untuk bayi yang dibuat menggunakan teknologi masa kini tidak mampu menandingi keunggulan dari ASI (Saleha, 2014).

Kandungan vitamin pada ASI merupakan refleksi dari asupan vitamin dan kadar vitamin dalam tubuh ibu, terutama untuk vitamin yang larut dalam air seperti vitamin B. kandungan vitamin B di dalam ASI tergantung dari asupan ibu saat menyusui, namun demikian jumlahnya sedikit lebih rendah dari vitamin B pada susu sapi. Dalam 100 ml ASI terkandung 75 mg vitamin A. Kadar vitamin E di dalam ASI 0,25 mg per 100 ml. vitamin A dan E merupakan vitamin yang penting dalam sistem kekebalan tubuh. Kandungan vitamin D dalam ASI relatif terbatas dan tergantung dari asupan serta cadangan vitamin D ibu. Oleh karena itu, untuk memenuhi kebutuhan vitamin D, bayi perlu dijemur di bawah sinar matahari pagi sekitar 1 jam (sebelum pukul 9 pagi). Kandungan vitamin K pada ASI lebih rendah dibandingkan susu sapi sehingga sejak lahir bayi membutuhkan tambahan vitamin K yang dapat diperoleh melalui injeksi vitamin pada saat baru lahir (Sandra Fikawati, Ahmad Syafiq, 2015).

Suatu kenyataan bahwa mortalitas (angka kematian) dan morbiditas (angka terkena penyakit) pada bayi ASI eksklusif jauh lebih rendah dibanding dengan bayi yang tidak mendapatkan ASI. Anak yang sehat tentu akan lebih berkembang 10 kepandaiannya dibanding anak yang sering sakit terutama bila sakitnya berat. Perkembangan kecerdasan anak sangat berkaitan erat dengan pertumbuhan otak. Faktor utama yang mempengaruhi pertumbuhan otak anak adalah gizi yang diterima saat pertumbuhan otak, terutama saat pertumbuhan otak cepat (Roesli, 2016).

Tenaga kesehatan merupakan salah satu faktor yang berdampak pada keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Petugas kesehatan diharapkan agar selalu berperan dalam memberikan dukungan untuk meningkatkan pengetahuan ibu dan keluarga tentang keuntungan ASI eksklusif. Frekuensi yang lebih sering dalam memberikan informasi memungkinkan penambahan pengetahuan serta keterampilan ibu dalam menyusui bayi.

Pendampingan oleh bidan atau tenaga kesehatan yang dilakukan setiap kali ibu menyusui. Hal ini akan lebih menambah motivasi karena bidan atau tenaga kesehatan dapat memberikan edukasi secara berulang mengenai ASI eksklusif dan manfaatnya bagi ibu, bayi, dan keluarga. Tetapi fakta yang terjadi bahwa pendidikan kesehatan tentang tehnik menyusui belum dilakukan secara terjadwal, pendidikan kesehatan hanya diberikan ketika ibu membutuhkan informasi serta proses pendampingan pada ibu dilakukan ketika ibu meminta perawat atau bidan untuk mendampingi. Pendidikan kesehatan tentang ASI diberikan pada saat ibu dan bayi pulang, sehingga tidak ada kesempatan pada ibu untuk mendapatkan pendampingan lebih banyak dari perawat atau bidan tentang pemberian ASI sehingga perlu dibuat strategi untuk meningkatkan pengetahuan, motivasi, keterampilan serta kemampuan dalam pemberian ASI pada ibu.

Berdasarkan uraian dan latar belakang diatas maka kami sebagai tim pengabdian, dalam rangka membantu pemerintah untuk mensosialisasikan pentingnya memberikan ASI Eksklusif kepada bayi sampai usia 6 bulan dan dilanjutkan sampai usia 2 tahun di Desa Boda-Boda Kabupaten Mamuju.

2. METODE PENGABDIAN

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat ini diawali dengan melakukan pengamatan dengan melihat aktifitas harian dari calon yang akan diberikan penyuluhan. Selanjutnya dilakukan diskusi kepada kepala desa setempat untuk pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat. Pengabdian Masyarakat ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan di Kantor Desa Boda-Boda. Materi yang diberikan mengenai pengertian ASI Eksklusif, kandungan ASI, manfaat ASI dan cara menyusui yang benar. Sasaran dalam penyuluhan ini masyarakat khususnya ibu yang memiliki bayi dan balita. Menggunakan alat bantu berupa power point presentation dan leaflet. Setelah pemaparan materi, selanjutnya dilakukan umpan balik dan evaluasi terhadap informasi yang disampaikan guna mengetahui tingkat pemahaman dari peserta pengabdian masyarakat.

Peserta mengaku merasa tercerahkan dan memahami terkait materi yang diberikan oleh narasumber. Menurut mereka ASI Eksklusif memang sangat penting diberikan kepada bayi, hanya saja terkadang kendala yang didapatkan saat proses pemberian ASI Eksklusif adalah AIR susu ibu yang tidak keluar dengan lancar sehingga banyak ibu yang memutuskan untuk memberikan tambahan susu formula untuk bayi mereka. Dalam penyuluhan ini juga diajarkan teknik menyusui yang benar agar supaya proses menyusui dapat berjalan dengan lancar. Selama kegiatan penyuluhan berlangsung semua berjalan dengan kondusif serta terlihat peserta begitu antusias selama kegiatan penyuluhan berlangsung. Terkait dengan pemaparan materi yang di berikan ada beberapa dari peserta menanyakan terkait makanan yang dapat membantu produksi ASI.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang selenggarakan oleh panitia dan mahasiswa dengan cara membagikan leaflet dan memaparkan materi tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi di Desa Boda-Boda sebagai upaya peningkatan angka keberhasilan ASI Eksklusif pada Bayi. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 28 Juni 2022 pukul 09.00 WITA selama 30 menit.

Dari hasil pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dilanjutkan dengan evaluasi secara lisan mengenai materi yang disampaikan didapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu telah mengerti dan memahami mengenai pemberian ASI Eksklusif. Kegiatan ini mendapatkan respon yang sangat baik dan antusias. Ibu-ibu nifas sangat antusias dalam mendengarkan materi dan memberikan umpan balik dengan memberikan pertanyaan mengenai makanan yang dapat melancarkan produksi ASI Eksklusif. Dari kegiatan ini ibu-ibu menjadi lebih mengerti dan mengetahui tentang pentingnya memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya yang tujuannya agar ibu dapat memprioritaskan pemberian ASI Eksklusif kepada bayinya sehingga dapat tercapai tujuan negara memberikan ASI secara penuh kepada setiap bayi yang lahir. Hal ini diketahui dari hasil evaluasi dan monitoring melalui tanya jawab kepada ibu-ibu mengenai materi yang disampaikan.

Dalam memberikan ASI eksklusifnya seorang ibu juga perlu berlatih dan persiapan yang matang. Perilaku pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh faktor eksternal dan faktor internal. Faktor internal adalah karakteristik seseorang yang menjadi dasar atau motivasi bagi seseorang sehingga mempermudah terjadinya perilaku pemberian ASI eksklusif diantaranya tingkat pengetahuan, pengalaman menyusui dan faktor demografi seperti umur, pekerjaan, pendidikan. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang memperkuat terjadinya perilaku menyusui. Faktor eksternal ini sangat diperlukan karena meskipun seseorang tahu dan mampu untuk berperilaku sehat tetapi tetap bisa saja orang tersebut tidak melakukannya. Oleh karena itu maka diperlukan contoh atau dukungan dari keluarga (suami dan orangtua) serta petugas kesehatan. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Roseline (2018) mengemukakan bahwa wanita yang membuat pilihan untuk menyusui bayinya membutuhkan intervensi berbasis self-efficacy menyusui yang dimulai pada masa hamil sampai menyusui yang menggabungkan berbagai format dan model. Para ibu dengan keyakinan yang lebih kuat dalam kapasitas menyusui mereka lebih mungkin untuk menyusui secara eksklusif untuk jangka waktu yang lebih lama.

Sesuai dengan standar baku emas dalam pemberian makanan bayi dan anak dimulai dari Inisiasi Menyusui Dini (IMD), ASI Eksklusif selama enam bulan diteruskan dengan pemberian ASI sampai dengan dua tahun disertai pemberian Makanan Pendamping ASI (MP ASI) dengan gizi seimbang untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan fisik serta mental anak yang optimal.

Dalam rangka mewujudkan hal tersebut dibentuk Kelompok Pendukung ASI. Kelompok Pendukung ASI Eksklusif merupakan kelompok pendukung ibu yang menyusui untuk dapat menyusui bayinya secara Eksklusif. Seorang ibu yang memiliki pengalaman menyusui akan memberikan informasi, pengalaman dan menawarkan bantuan kepada ibu lainnya dalam kondisi saling percaya dan menghargai. Peserta kelompok pendukung ASI Eksklusif ini terdiri dari kader kesehatan, ibu yang berhasil menyusui secara Eksklusif, suami dan keluarga ibu menyusui. Sebenarnya dari Dinas Kesehatan sudah pernah dilakukan pelatihan tentang Konselor ASI maupun Motivator ASI, namun baik Konselor ASI dan Motivator yang dilatih adalah bidan yang ada di wilayah kerja puskesmas yang diwakili oleh satu orang bidan setiap puskesmas. Namun pelatihan ini hanya sebatas sampai di bidan dan tidak dilanjutkan kepada

kader dan masyarakat sekitar, sehingga kegiatan sosialisasi mengenai ASI eksklusif tidak maksimal dikarenakan jumlah SDM yang masih terbatas dan hal ini berdampak pada cakupan ASI Eksklusif yang tidak kunjung tercapai.

Demi mempertahankan tingkat pengetahuan yang sudah baik ini, maka perlu diadakan kegiatan rutin untuk memperkuat pengetahuan masyarakat yang sudah ada. Penguatan ini dapat dilakukan secara mandiri oleh pihak posyandu melalui kader-kader yang sudah dilatih oleh pihak Puskesmas maupun bekerja sama dengan instansi-instansi kesehatan lainnya, seperti Program Studi Pendidikan Dokter, Kebidanan, Keperawatan, dan lainnya.

4. SIMPULAN

Pada kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa dengan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini tentang materi tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi di Desa Boda-Boda sebagai upaya peningkatan angka keberhasilan ASI Eksklusif pada Bayi. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 28 Juli 2022 pukul 09.00 WITA selama 30 menit. Didapatkan hasil bahwa setelah mengikuti penyuluhan yang diberikan, ibu-ibu menjadi lebih paham dan mengerti mengenai pentingnya pemberian ASI Eksklusif kepada bayi sampai usia 6 bulan dan dilanjutkan sampai dengan usia 2 tahun. Dengan adanya penyuluhan ini diharapkan dapat meningkatkan keberhasilan pencapaian pemberian ASI Eksklusif kepada bayi di Desa Boda-Boda Kabupaten Mamuju.

5. SARAN

Dalam pelaksanaan kegiatan berikutnya kontribusi oleh pihak-pihak terkait dalam kegiatan yang serupa sangat diperlukan demi terlaksananya kegiatan yang lebih maksimal. Adanya kesinambungan dan monitoring pasca kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan.

Perlu dilakukannya refreasing setidaknya 6 bulan sekali guna mengevaluasi pengetahuan dan kemampuan motivator sekaligus update informasi mengenai ASI.

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillahirabbil'alamin, puji syukur kepada Allah SWT atas rahmat-Nya kami dapat menyelesaikan serangkaian proses Pengabdian Masyarakat ini. Dalam kesempatan ini penulis dengan tulus menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak yang banyak membantu dan memberikan kami dukungan. Terima kasih kami ucapkan kepada Ketua Yayasan Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah Mamuju, Rektor Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah Mamuju, LPPM Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah Mamuju dan seluruh jajarannya, serta pengurus wilayah kerja desa Boda-Boda yang turut membantu melancarkan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Maryunani. 2013. Inisiasi Menyusui Dini, Asi Eksklusif dan Manajemen Laktasi. Jakarta: Trans Info Media
- Prasetyono DS. Buku pintar ASI eksklusif. Cetakan ketiga. Jogyakarta: Diva Press; 2012. hlm. 21, 27
- Sandra Fikawati, Ahmad Syafiq, K. K. 2015. Gizi Ibu dan Bayi. Jakarta.
- Saleha S. Asuhan Kebidanan 3. Yogyakarta: Rhineka Cipta; 2014