

PENYULUHAN KESEHATAN : PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA BAYI USIA 0-6 BULAN

**Ismaniar Sahaba¹, Zamli²
Universitas Mega Buana Palopo**

Email : ismaniarvp123@gmail.com¹, zamlizam2019@gmail.com²

ABSTRAK

Latar Belakang: Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi terbaik untuk bayi, terutama pada 6 bulan pertama kehidupan. Pemberian ASI eksklusif, yaitu pemberian ASI tanpa tambahan makanan atau minuman lain, telah terbukti memiliki banyak manfaat bagi kesehatan dan perkembangan bayi. Namun, masih banyak ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya, sehingga perlu dilakukan penyuluhan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu tentang pentingnya ASI eksklusif. Tujuan: Tujuan penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan, sehingga dapat meningkatkan kesehatan dan perkembangan bayi. Metode: Penelitian ini menggunakan metode pendekatan cross sectional dengan teknik pengambilan sampel total sampling. Populasi adalah ibu menyusui yang ada di Desa Tumbubara Kecamatan Bajo Barat pada bulan Juli yang berjumlah 15 orang diambil dengan teknik total sampling sebanyak 15 responden dengan data primer dan data sekunder. Hasil Penelitian: Berdasarkan hasil penelitian ini dari 15 Peserta Sebelum diberikan Penyuluhan sebanyak 8 peserta (53%) dengan pengetahuan Baik dan setelah kegiatan terdapat peningkatan menjadi 15 peserta (100%) dengan pengetahuan Baik. Simpulan: Penelitian ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai penyuluhan pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan di Desa Tumbubara Kecamatan Bajo Barat mendapatkan respon yang antusias dari warga masyarakat khususnya ibu menyusui. Pengetahuan yang kurang dan cukup dapat ditingkatkan lagi dengan mencari informasi dari berbagai sumber maupun mengikuti penyuluhan yang diadakan oleh tenaga kesehatan.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, Ibu Menyusui, Bayi Usia 0-6 Bulan, Pengetahuan.

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi terbaik untuk bayi, terutama pada 6 bulan pertama kehidupan. Pemberian ASI eksklusif, yaitu pemberian ASI tanpa tambahan makanan atau minuman lain, telah terbukti memiliki banyak manfaat bagi kesehatan dan perkembangan bayi. Namun, masih banyak ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya, sehingga perlu dilakukan penyuluhan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu tentang pentingnya ASI eksklusif.

ASI Eksklusif adalah makanan alami pertama untuk bayi dan menyediakan semua vitamin, nutrisi dan mineral yang diperlukan bayi untuk pertumbuhan enam bulan pertama. Tidak ada cairan atau makanan lain yang di perlukan, ASI terus tersedia hingga setengah atau lebih dari kebutuhan. Selain itu, ASI mengandung antibodi dari ibu yang membantu memerangi penyakit. ASI dalam jumlah cukup merupakan makanan terbaik bagi bayi dan dapat memenuhi kebutuhan gizi selama enam bulan pertama (Josefa, 2021). ASI merupakan makanan utama dan paling sempurna bagi bayi. Dimana ASI mengandung hampir semua zat gizi dengan komposisi sesuai dengan kebutuhan bayi untuk tumbuh dan berkembang secara optimal (Pollard, 2019).

Pemberian ASI eksklusif pada bayi usia kurang dari 6 bulan menjadi salah satu faktor penting dalam mendukung kesehatan bayi. ASI eksklusif memberikan nutrisi yang optimal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi serta membantu mencegah bayi dari berbagai penyakit infeksi. Di Indonesia, persentase bayi yang mendapatkan ASI eksklusif telah menjadi perhatian utama dalam program kesehatan ibu dan anak.

Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), dalam beberapa tahun terakhir terdapat tren

peningkatan dalam persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang menerima ASI eksklusif. Pada tahun 2018, tercatat hanya sebanyak 44,36% bayi usia kurang dari 6 bulan di Indonesia yang menerima ASI eksklusif. Jumlah tersebut merupakan yang terendah dalam enam tahun terakhir.

Pada 2019, persentase bayi usia kurang dari 6 bulan di Indonesia yang menerima ASI eksklusif mengalami peningkatan. Pada tahun tersebut, kenaikannya cukup drastis dari 44,36% menjadi 66,69%.

Pada tahun berikutnya, yakni 2020, kembali terjadi peningkatan persentase bayi usia kurang dari 6 bulan di Indonesia yang menerima ASI eksklusif. Namun, kenaikannya tak sebesar tahun sebelumnya. Pada tahun itu, persentase bayi usia kurang dari 6 bulan di Indonesia yang menerima ASI eksklusif mencapai angka 69,62%.

Peningkatan persentase bayi usia kurang dari 6 bulan di Indonesia yang menerima ASI eksklusif kembali terjadi pada 2021. Pada tahun itu, persentasenya menembus angka 71,58% untuk pertama kalinya. Setahun berselang, persentasenya kembali naik menjadi 72,04%.

Terbaru, pada 2023, persentase bayi usia kurang dari 6 bulan di Indonesia yang menerima ASI eksklusif hampir mencapai 74% tepatnya di angka 73,97%. Jumlah itu merupakan yang terbesar dalam satu dekade terakhir.

Pemberian ASI eksklusif di Sulawesi Selatan belum mencapai target nasional. Berdasarkan data terbaru yang tersedia hingga Desember 2024, persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di Sulawesi Selatan tergolong rendah, yaitu sekitar 40,0%, jauh di bawah target nasional yang mencapai 80,0%.

METODE PENELITIAN

Metode Penyuluhan yang Efektif

Penyuluhan dapat dilakukan secara individual maupun kelompok, menggunakan media cetak, visual, atau audio-visual. Metode yang partisipatif dan interaktif seperti diskusi kelompok kecil, demonstrasi, dan konseling gizi cenderung lebih efektif dibanding metode ceramah satu arah (Depkes RI, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penyuluhan yang telah dilakukan kepada sasaran yaitu ibu menyusui dengan umur bayi 0-6 bulan menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta mengenai pentingnya pemberian ASI Eksklusif, ditandai dengan :

1. Ibu dapat mengetahui tentang manfaat ASI eksklusif bagi bayi 0-6 bulan.
2. Adanya perubahan sikap dan kesadaran tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif sebagai sumber nutrisi terbaik bagi bayi.
3. Ibu sudah memahami cara pemberian ASI yang benar dan efektif.
4. Ibu sudah bisa mengatasi masalah yang umum dihadapi saat menyusui, seperti kesulitan dalam proses menyusui atau produksi ASI yang kurang.
5. Ibu antusias dan termotivasi untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayinya selama 6 bulan pertama kehidupan.
6. Sudah ada peran serta keluarga dalam mendukung pemberian ASI eksklusif.

Capaian Kegiatan

Tabel 1. Pengetahuan Sebelum di Berikan penyuluhan/Konseling

NO	Pengetahuan	Jumlah	Presentasi
1.	Baik	8	53 %
2.	Cukup	4	26 %

3.	Kurang	3	20 %
.	JUMLAH	15	100 %

Tabel 2. Pengetahuan Sesudah di Berikan penyuluhan/Konseling

NO	Pengetahuan	Jumlah	Presentasi
1.	Baik	15	100 %
2.	Cukup	0	0 %
3.	Kurang	0	0 %
.	JUMLAH	15	100 %

Pengabdian Kepada Masyarakat diharapkan dapat berkontribusi bagi peningkatan kesehatan masyarakat dengan menurunnya angka kesakitan dan juga angka kematian khususnya pada Kesehatan Ibu dan Anak.

Universitas Mega Buana Palopo khususnya Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat semakin dikenal sebagai institusi yang memiliki kepedulian terhadap permasalahan kesehatan masyarakat.

Dampak kegiatan terhadap mitra

Kegiatan penyuluhan memberikan dampak positif terhadap mitra, yaitu Posyandu itu sendiri, Kader posyandu memperoleh peningkatan pengetahuan tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan, serta mendapatkan materi dan media edukasi yang dapat digunakan dalam kegiatan penyuluhan mandiri di kemudian hari. Selain itu, kegiatan ini memperkuat hubungan antara mitra dan tim pelaksana sebagai upaya kolaboratif dalam peningkatan kesadaran dalam memberikan ASI Eksklusif di wilayah kerja.

Adapun dampak Kegiatan Penyuluhan pemberian ASI Eksklusif terhadap Mitra adalah dalam konteks penyuluhan, "mitra" merujuk pada pihak yang bekerja sama dalam pelaksanaan kegiatan ini, Yaitu :

1. Posyandu
2. Puskesmas
3. Organisasi tertentu
4. kader Kesehatan

Hasil dan Teori

1. Hasil Kegiatan

Hasil ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang digunakan (ceramah, diskusi, dan leaflet) cukup efektif dalam menyampaikan informasi.

2. Pembahasan Berdasarkan Teori

Berdasarkan teori komunikasi pendidikan kesehatan, penyuluhan gizi yang dilakukan dengan media visual, bahasa sederhana, dan interaksi dua arah terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat (Notoatmodjo, 2010). Hal ini sejalan dengan hasil kegiatan di mana peserta lebih antusias dan memahami materi saat disajikan secara interaktif.

Pemberian ASI secara Eksklusif ini dianjurkan untuk jangka waktu setidaknya selama 6 bulan. Setelah bayi berumur 6 bulan, ia harus mulai diperkenalkan dengan makanan padat, sedangkan ASI dapat diberikan sampai bayi berusia 2 tahun. Manfaat ASI akan sangat meningkat bila bayi hanya diberi ASI selama 6 bulan pertama kehidupannya. Peningkatan ini sesuai dengan lamanya pemberian ASI eksklusif serta lamanya pemberian ASI bersama – sama dengan makanan padat setelah bayi berumur 6 bulan (Pomarida, 2017).

Selain itu, teori Perubahan Perilaku Health Belief Model (Becker, 1974) menyebutkan bahwa perubahan perilaku akan lebih mudah terjadi bila individu merasa

terancam oleh kondisi tertentu (dalam hal ini pentingnya pemberian ASI Eksklusif untuk mencegah kejadian stunting di kemudian hari) dan percaya bahwa tindakan yang dilakukan (seperti memperbaiki pola makan sereta menerapkan menyusui dengan cara yang baik dan benar) akan membawa manfaat.

Hasil penyuluhan mendukung teori ini karena peserta mulai menyadari akan pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada usia bayi 0-6 bulan .

Kesesuaian dengan Tujuan

Hasil kegiatan sejalan dengan tujuan penyuluhan, yaitu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku serta peran keluarga dalam memberikan ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan pertama kehidupan.

Dengan demikian, kegiatan ini menunjukkan keberhasilan awal dalam mendukung upaya perbaikan gizi bayi mulai dari 0-6 bulan untuk masa depan yang lebih baik sehingga timbulnya penyakit dapat dicegah sedini mungkin misalnya kejadian stunting yang dapat terjadi akibat kekurangan gizi.

KESIMPULAN

1. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai penyuluhan pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan di Desa Tumbubara Kecamatan Bajo Barat mendapatkan respon yang antusias dari warga masyarakat khususnya ibu menyusui.
2. Hasil Penyuluhan masih di dapatkan 3 ibu menyusui (20 %) yang berpengetahuan Kurang saat PreTest tentang pentingnya ASI Eksklusif.
3. Di peroleh 3 pertanyaan dari peserta penyuluhan terkait materi penyuluhan, ibu menyusui mengharapkan ada kegiatan serupa dapat dilanjutkan dan dikembangkan menjadi kegiatan yang rutin di Desa Tumbubara Kecamatan Bajo barat.
4. Dari 15 Peserta Sebelum diberikan Penyuluhan sebanyak 8 peserta (53%) dengan pengetahuan Baik dan setelah kegiatan terdapat peningkatan menjadi 15 peserta (100%) dengan pengetahuan Baik.

Saran

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat seperti ini dapat dilakukan secara rutin baik di lokasi yang sama maupun di lokasi yang berbeda dengan sasaran masyarakat yang benar-benar membutuhkan pelayanan kesehatan terutama informasi tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan pertama kehidupan.

DAFTAR PUSTAKA

- <https://ayosehat.kemkes.go.id/pub/files/ddd53c67cd643fca5282b5827e78b761.pdf>
<https://data.goodstats.id/statistic/persentase-bayi-yang-mendapat-asi-eksklusif-5-tahun-terakhir-Bwjtf>
Increasing Breast Milk Production.2019. Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan [Internet]. 1(2). 140-145. Tersediapada:<https://jurnal.kesdammedan.ac.id/index.php/jurhesti/article/view/107> . Diakses tanggal 21 agustus 2022
- Kemenkes RI, (2018) Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Pomarida. (2017). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Postpartum Terhadap Pemberian ASI Eksklusif (2). 26-32. Tersedia pada: <http://jurnal.uns.ac.id/placentum>. Diakses 22 agustus 2022.
- Pusdatin RI. 2018. Situasi dan Analisis ASI Eksklusif. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI [Internet]. Tersedia pada <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-kb.pdf>.. Diakses 22 agustus 2022
- Setiyaningrum,(2016). Pemberian ASI Eksklusif. Jakarta: CV. Trans Info Media.

WHO,(2018). Breast Milk Production [Internet]. Tersedia pada <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/family-planning-contraception>. Diakses pada 23 agustus 2022.

WHO,(2019). Contraceptive Use by Method Data Booklet 2019. USA: United Nations [Internet]. Tersedia pada <https://www.un.org/en/development/desa/population/theme/family-planning/index.asp>. Diakses pada 22 agustus 2022.

Wiji,(2019). Principles for Maintaining or