

PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG ASI EKSKLUSIF PADA IBU HAMIL DI RUMAH BERSALIN “WINDIYATI” DUSUN SIAGA DESA SUNGAI RAYA TAHUN 2022

Elise Putri¹, Megalina Limoy²

^{1,2}Akademi Kebidanan Panca Bhakti Pontianak
Email korespondensi :: akpb-pontianak.ac.id

ABSTRAK

Latar belakang : ASI eksklusif menurut World Health Organization (WHO, 2011) adalah memberikan hanya ASI saja tanpa memberikan makanan dan minuman lain kepada bayi sejak lahir sampai berumur 6 bulan, kecuali obat dan vitamin. Namun bukan berarti setelah pemberian ASI eksklusif pemberian ASI eksklusif pemberian ASI dihentikan, akan tetapi tetap diberikan kepada bayi sampai bayi berusia 2 tahun. Target 80% cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih sangat jauh dari kenyataan. Pemberian ASI eksklusif merupakan investasi terbaik bagi kesehatan dan kecerdasan anak (Depkes, 2007). Manfaat pemberian ASI eksklusif sesuai dengan salah satu tujuan dari Millenium Development Goals (MDGs) yaitu mengurangi tingkat kematian anak dan meningkatkan kesehatan Ibu. WHO (2009) menyatakan sekitar 15% dari total kasus kematian anak di bawah usia lima tahun di negara berkembang disebabkan oleh pemberian ASI secara tidak eksklusif. Berbagai masalah gizi kurang maupun gizi lebih juga timbul akibat dari pemberian makanan sebelum bayi berusia 6 bulan (Ariani, 2008). **Tujuan:** Untuk mengetahui tentang asi eksklusif. **Metode :** Pembagian leaflet dan penyuluhannya di RB WINDIYATI Dusun Siaga Desa Sungai Raya yang dilaksanakan pkl. 09.00 s/d 10.00 WIB.

Hasil : kegiatan ini diikuti sebanyak 30 orang, yang terdiri dari ibu hamil trimester 1,2 dan 3 kemudian diminta untuk menandatangani daftar hadir, Setelah selesai melakukan pemeriksaan, pelayanan peningatan pengetahuan tentang ASI Eksklusif, kemudian diberikan makanan tambahan, snack dan bingkisan.i. **Kesimpulan :** Asi eksklusif adalah pemberian asi saja sejak bayi dilahirkan sampai sekitar usia 6 bulan. Asi eksklusif diharapkan dapat diberikan sampai 6 bulan, tanpa makanan pendamping. Diatas usia 6 bulan bayi memerlukan makanan tambahan tetapi pemberian asi dapat dianjurkan sampai ia berumur 2 tahun.

Kata kunci: ASI, ASI Eklusif, Manfaat ASI, Keuntungan ASI, Dampak ASI Eksklusi, RB Windiyati

PENDAHULUAN

ASI eksklusif menurut World Health Organization (WHO, 2011) adalah memberikan hanya ASI saja tanpa memberikan makanan dan minuman lain kepada bayi sejak lahir sampai berumur 6 bulan, kecuali obat dan vitamin. Namun bukan berarti setelah pemberian ASI eksklusif pemberian ASI eksklusif pemberian ASI dihentikan, akan tetapi tetap diberikan kepada bayi sampai bayi berusia 2 tahun.

ASI merupakan makanan pertama, utama, dan terbaik bagi bayi, bersifat ilmiah. ASI eksklusif adalah bayi hanya diberi ASI selama 6 bulan tanpa tambahan makanan cairan lain, seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, dan air putih, serta tanpa tambahan makanan padat, seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur nasi, dan nasi tim, kecuali vitamin, mineral, dan obat (Prasetyono, 2009).

¹Dosen Akademi Kebidanan Panca Bhakti Pontianak

²Dosen Akademi Kebidanan Panca Bhakti Pontianak

Manfaat asi, Menurut (Sandra Fikawati,Ahmad Syafiq, 2015) Manfaat ASI Eksklusif yaitu:

- a. Manfaat bagi Bayi
 1. ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal
 2. ASI menurunkan resiko kematian neonatal
 3. ASI meningkatkan daya tahan tubuh bayi
 4. Komposisi sesuai kebutuhan
 5. Mudah dicerna , diserap, dan mengandung enzim pencernaan
 6. Tidak menyebabkan Alergi
 7. Mencegah Maloklusi/ Kerusakan Gigi
- b. Manfaat bagi ibu
 1. Mencegah pendarahan pasca persalinan
 2. Mengurangi Anemia
 3. Mengurangi Resiko Kanker Ovarium dan Payudara
 4. Sebagai metode KB Sementara

Keuntungan ASI Eksklusif Menurut (Fikawati,S dan Ahmad Syafiq, 2015) Keuntungan pemberian ASI eksklusif pada bayi:

- a. Enam hingga delapan kali lebih jarang menderita kanker anak (leukemia limfositik, Neuroblastoma, Lymphoma Maligna)
- b. Risiko dirawat dengan sakit saluran pernapasan 3 kali lebih jarang dari bayi yang rutin konsumsi susu formula.
- c. Menghindari penyakit infeksi seperti diare.
- d. Mengurangi risiko alami kekurangan gizi dan vitamin
- e. Mengurangi risiko kencing manis
- f. Lebih kebal terkena alergi
- g. Mengurangi risiko penyakit jantung dan pembuluh darah
- h. Mengurangi penyakit menahun seperti usus besar
- i. Mengurangi kemungkinan terkena asma

Kelemahan ASI Eksklusif Menurut (Fikawati,S dan Ahmad Syafiq, 2015) Kelemahan pemberian ASI Eksklusif, yaitu :

- a. Waktu yang diperlukan untuk menyusui
Kenaikan tingkat partisipasi wanita dalam angkatan kerja dan adanya emansipasi dalam segala bidang kerja dan di kebutuhan masyarakat menyebabkan turunnya kesediaan menyusui dan lamanya menyusui.
- b. Meningkatnya promosi susu kaleng sebagai pengganti ASI
Peningkatan sarana komunikasi dan transportasi yang memudahkan periklanan distribusi susu buatan menimbulkan pergeseran perilaku dari pemberian ASI ke pemberian Susu formula baik di desa maupun perkotaan.
- c. Berhubungan dengan kesehatan ibu
Seperti adanya penyakit yang diderita sehingga dilarang oleh dokter untuk menyusui, yang dianggap baik untuk kepentingan ibu (seperti : gagal jantung, Hb rendah).
- d. Tenaga Kesehatan
Masih seringnya dijumpai di rumah sakit (rumah sakit bersalin) pada hari pertama kelahiran oleh perawat atau tenaga kesehatan lainnya, walaupun sebagian besar daripada ibu-ibu yang melahirkan di kamar mereka sendiri

METODE

Pembagian leaflet dan penyuluhannya di RB WINDIYATI Dusun Siaga Desa Sungai Raya yang dilaksanakan pkl. 09.00 s/d 10.00 WIB

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

1. Setelah mengajukan proposal kegiatan PKM tim kemudian mengajukan surat ijin kepada pimpinan RB Windiyati dan kepada ketua RT 003/ RW 006 Dusun Siaga Desa Sungai Raya Kab. Kubu Raya.
2. Setelah disetujui selanjutnya menentukan waktu dan pelaksanaan kegiatan
3. Membuka posko kesehatan setiap pagi hari selama 1 jam dengan melakukan sosialisasi dan penyuluhan tentang asi eksklusif
4. Meminta tanda tangan kepada ibu hamil yang telah melakukan pemeriksaan kesehatan.
5. Minta tanda tangan dan meminta ijin dokumentasi berupa foto kegiatan

B. PEMBAHASAN

Ibu hamil disekitar RB Windiya kecenderungan tidak melakukan ANC (*Ante Natal Care*) pada kehamilan dengan berbagai alasan dan sampai saat ini masih banyak ibu menyusui tidak memberikan ASI Eksklusif untuk bayinya karna berbagai macam alasan, padahal ASI Eksusi Itu banyak manfaat, keuntungan dan sebagainya.

ASI merupakan makanan pertama, utama, dan terbaik bagi bayi, bersifat ilmiah. ASI eksklusif adalah bayi hanya diberi ASI selama 6 bulan tanpa tambahan makanan cairan lain, seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, dan air putih, serta tanpa tambahan makanan padat, seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur nasi, dan nasi tim, kecuali vitamin, mineral, dan obat (Prasetyono, 2009).

Target 80% cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih sangat jauh dari kenyataan. Pemberian ASI eksklusif merupakan investasi terbaik bagi kesehatan dan kecerdasan anak (Depkes, 2007). Manfaat pemberian ASI eksklusif sesuai dengan salah satu tujuan dari Millenium Development Goals (MDGs) yaitu mengurangi tingkat kematian anak dan meningkatkan kesehatan Ibu. WHO (2009) menyatakan sekitar 15% dari total kasus kematian anak di bawah usia lima tahun di negara berkembang disebabkan oleh pemberian ASI secara tidak eksklusif.

Pemberian ASI sangat bermanfaat bagi ibu, keluarga, dan negara. Manfaat pemberian ASI antara lain, mencegah perdarahan pasca persalinan, mengurangi 3 risiko terjadinya anemia, mengurangi risiko kanker ovarium dan payudara, memperkuat ikatan batin seorang ibu dengan bayi yang dilahirkan, sebagai salah satu metode KB badan sementara. Manfaat ASI bagi keluarga antara lain, mudah pemberiannya seperti tidak perlu mencuci botol dan mensterilkan sebelum digunakan, menghemat biaya, bayi sehat dan jarang sakit sehingga menghemat pengeluaran keluarga. Manfaat ASI bagi Negara antara lain, menurunkan angka kesakitan dan kematian anak, mengurangi subsidi untuk rumah sakit, mengurangi devisa untuk membeli susu formula, meningkatkan kualitas generasi penerus bangsa (Astutik, 2014).

Banyak faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan. Penelitian februhartanty (2008) menyatakan bahwa kegagalan ASI eksklusif adalah karena faktor predisposisi yaitu pengetahuan dan pengalaman ibu yang kurang dan faktor pemungkin penting yang menyebabkan terjadinya kegagalan adalah karena ibu tidak difasilitasi melalui IMD. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan dan pengalaman ibu sangat penting dalam menentukan pemberian ASI eksklusif pada bayinya.

Hal ini sesuai dengan teori *Thought and Feeling* yang dikemukakan oleh WHO (2007), dalam Notoatmdjo(2010) bahwa yang menyebabkan seseorang itu berperilaku tertentu adalah karena empat alasan pokok, yaitu pemikiran dan perasaan yang terdiri dari pengetahuan, persepsi, sikap, kepercayaan, orang penting sebagai referensi, sumber-sumber daya dan budaya.

KESIMPULAN

Asi eksklusif adalah pemberian asi saja sejak bayi dilahirkan sampai sekitar usia 6 bulan. Asi eksklusif diharapkan dapat diberikan sampai 6 bulan, tanpa makanan pendamping. Diatas usia 6 bulan bayi memerlukan makanan tambahan tetapi pemberian asi dapat dianjurkan sampai ia berumur 2 tahun.

Manfaat asi, Menurut (Sandra Fikawati,Ahmad Syafiq, 2015) Manfaat ASI Eksklusif yaitu ada Manfaat bagi Bayi dan Manfaat bagi ibu. Serta ada Keuntungan ASI Eksklusif. Menurut (Fikawati,S dan Ahmad Syafiq, 2015) Keuntungan pemberian ASI eksklusif pada bayi: Enam hingga delapan kali lebih jarang menderita kanker anak (leukemia limphositik, Neuroblastoma, Lympoma Maligna), Risiko dirawat dengan sakit saluran pernapasan 3 kali lebih jarang dari bayi yang rutin konsumsi susu formula, Menghindari penyakit infeksi seperti diare, Mengurangi risiko alami kekurangan gizi dan vitamin, Mengurangi risiko kencing manis, Lebih kebal terkena alergi, Mengurangi risiko penyakit jantung dan pembuluh darah, Mengurangi penyakit menahun seperti usus besar dan Mengurangi kemungkinan terkena asma.

Kelemahan ASI Eksklusif Menurut (Fikawati,S dan Ahmad Syafiq, 2015) Kelemahan pemberian ASI Eksklusif, yaitu : Waktu yang diperlukan untuk menyusui,Meningkatnya promosi susu kaleng sebagai pengganti ASI, Berhubungan dengan kesehatan ibu dan Tenaga Kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimudin, M.N, Nuraini, dkk. *Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Berusia 6–12 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Bailing Kota Manado Tahun 2017.* <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/download/23088/22784>. Diakses pada 30 april 2019, pukul 13.00 wib.
- Irawati, Ely. 2017. *Hubungan antara Pengetahuan Ibu Tentang ASI dengan Sikap Terhadap Pemberian ASI Secara Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Punggur Tahun 2017.* *Akademi Kebidanan Panca Bhakti Pontianak* (tidak dipublikasikan).
- Kristiyanasari, Weni.2009. *ASI, Menyusui, dan SADARI.* Yogyakarta: Nuha Medika.
- Maryunani, anik. 2012. *Inisiasi menyusui dini, ASI Eksklusif dan manajemen laktasi.* Jakarta: Trans Info Media.