



Pentingnya Pengetahuan Ibu Mengenai Kebutuhan ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0 – 6 Bulan di Posyandu Kamboja Tukang Kayu Banyuwangi

Nur Hidayatin¹, Wahyu Fuji Hariyani²
¹Prodi S1 Keperawatan, STIKES Banyuwangi
²Prodi S1 Kebidanan, STIKES Banyuwangi
nurhidayatin2019@gmail.com

ABSTRAK

ASI adalah nutrisi awal, paling penting, dan optimal untuk bayi dan masih alami. ASI merupakan sumber nutrisi alami yang kaya gizi dengan kandungan yang seimbang dan cocok untuk memenuhi kebutuhan penting dalam pertumbuhan dan perkembangan bayi mulai dari 0 hingga 6 bulan. WHO menyatakan pemberian ASI eksklusif kepada bayi yang berusia 0-6 bulan dianjurkan tanpa adanya makanan tambahan. Pemberian ASI bermanfaat dalam mencegah berbagai penyakit pada bayi, sementara bagi ibu dapat mengurangi risiko terkena kanker payudara. Tujuan pengabdian kepada Masyarakat ini memberikan informasi tentang pentingnya pengetahuan ibu mengenai kebutuhan ASI eksklusif untuk bayi 0 – 6 bulan di posyandu kamboja tukang kayu Banyuwangi. Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan di posyandu kamboja tukang kayu Banyuwangi dengan menggunakan metode penyuluhan kepada ibu yang mempunyai bayi berumur 0 hingga 6 bulan. dari 20 responden sebagian besar mempunyai pengetahuan yang baik. Penyuluhan mengenai pemberian ASI secara eksklusif adalah bentuk dari memberikan pengetahuan kepada setiap ibu yang memiliki bayi atau akan menjadi ibu.

Kata Kunci: ASI Eksklusif; Kandungan ASI; Manfaat ASI; Pengetahuan

ABSTRACT

Breast milk is the primary and optimal source of nutrition for babies, providing well-rounded and beneficial nutrients that support the growth and development of infants aged 0 to 6 months. Exclusive breastfeeding refers to the practice of feeding babies aged 0-6 months only breast milk, without any other supplementary food or drink. This practice not only helps protect infants from a range of illnesses but also reduces the risk of breast cancer for mothers. The goal of this community initiative is to educate mothers at the Cambodian carpenter Posyandu Banyuwangi about the significance of their understanding of the necessity of exclusive breastfeeding for infants between the ages of 0 to 6 months. This effort involves providing counseling sessions to mothers with infants in that age group at the Kamboja Tukangkayu Posyandu Banyuwangi with 20 respondents. Most of them had knowledge in the good category. Providing guidance on exclusive breastfeeding is a way of educating all mothers with infants or those expecting a child.

Keywords: *Benefits of breast milk; Breast milk content; Exclusive breastfeeding; Knowledge*

DOI: <https://doi.org/10.54832/judimas.v3i1.367>

Pendahuluan

ASI Eksklusif adalah pilihan terbaik dan pertama untuk bayi yang alami dan utama. ASI memiliki manfaat yang signifikan dalam mengurangi risiko penyakit pada bayi dan mendukung pertumbuhan kecerdasannya. Tidak semua ibu setelah melahirkan menghasilkan ASI karena proses yang terjadi pada tubuh ibu melibatkan rangsangan mekanis, sistem saraf, serta sejumlah hormon yang mempengaruhi pelepasan oksitosin yang diperlukan untuk memfasilitasi produksi ASI (Prasetyono, 2009). Maka, langkah-langkah diperlukan untuk



memfasilitasi pengeluaran ASI pada ibu setelah melahirkan. Terdapat dua tahapan utama dalam proses ini, yaitu pembentukan/produksi dan pelepasan ASI. Hormon prolaktin berperan dalam produksi ASI, sementara hormon oksitosin mempengaruhi pengeluarannya. Oksitosin dilepaskan melalui stimulasi pada puting susu oleh bayi yang menyusui atau melalui pijatan pada punggung ibu. Manfaat dari pijat oksitosin pada ibu adalah membuatnya merasa damai, santai, mengurangi sensitivitas terhadap rasa sakit, serta meningkatkan perasaan kasih sayang terhadap bayinya, sehingga merangsang produksi hormon oksitosin dan mempercepat keluarnya ASI (Endah & Masdinarsah, 2011).

Produksi dan pelepasan volume ASI dari kelenjar payudara dapat bervariasi tergantung pada berbagai faktor seperti diet ibu, kesejahteraan emosional, penggunaan metode kontrasepsi, perawatan payudara, struktur anatomi payudara, aspek fisiologis, pola tidur, frekuensi menyusui, berat badan bayi saat lahir, usia kehamilan, serta merokok dan minum beralkohol (Astutik, 2014). (Sulistyawati & Mildiana, 2022) berpendapat pelepasan oksitosin bisa terhambat oleh kondisi emosional ibu, seperti rasa takut, kelelahan, malu, ketidakpastian, atau sensasi nyeri.

Posyandu adalah program kesehatan masyarakat yang dilakukan secara kolaboratif antara masyarakat dan penyelenggara, dengan tujuan memberdayakan dan mempermudah akses masyarakat ke layanan kesehatan dasar (Kemenkes RI, 2023). Para kader masih belum terfokus pada pelatihan untuk ibu – ibu hamil, menyusui dan nifas tentang cara perlekatan saat menyusui bagi bayi yang baik dan benar agar nutrisi ASI dapat terpenuhi. Saat ini banyak ibu yang masih belum mengetahui tentang pemberian kebutuhan nutrisi ASI pada bayi (Septiani et al., 2017). Para ibu juga masih belum mengetahui teknik pemberian ASI yang optimal dan tepat agar ASI keluar dengan cara perlekatan yang masih salah sehingga ASI tidak bisa keluar dengan lancar. Terdapat banyak ibu – ibu yang tidak mementingkan mengenai kebutuhan ASI eksklusif pada bayi sehingga kebutuhannya tidak tercukupi. Para ibu hanya menganggap apabila ASI mengalir dengan lancar itu sudah cukup. Padahal para ibu perlunya untuk mengetahui seberapa banyak ASI yang dibutuhkan untuk bayi.

Berdasarkan Profil Kesehatan Surabaya Tahun 2022, 68,9% dari bayi usia 0-6 bulan di Provinsi Jawa Timur menerima ASI Eksklusif (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2023). Meskipun terjadi peningkatan sebesar 52,4% dari tahun sebelumnya, tingkat pemberian ASI pada bayi masih belum mencapai target nasional yang ditetapkan sebesar 80%. Belum ada satu pun dari 12 kabupaten/kota di provinsi Jawa Timur yang memenuhi target nasional. SSGI



2021 menyatakan tingkat stunting di Kabupaten Banyuwangi telah menurun di bawah angka rata-rata nasional, yakni sebesar 20,1% (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Meskipun ada banyak anak yang mengalami stunting sebanyak 4.371 bayi, jumlah keluarga yang berisiko stunting masih tinggi. Oleh karena itu, Bupati Banyuwangi sedang mengakselerasi program untuk mengurangi stunting dengan meningkatkan pemberian ASI secara eksklusif kepada bayi yang baru lahir..

Para penyedia layanan kesehatan dan fasilitas kesehatan harus melakukan praktik untuk memulai menyusui bayi segera setelah lahir kepada ibu selama minimal satu jam (Harshindy & Rahardjo, 2022). Tanggung jawab pemerintah dalam inisiatif pemberian ASI meliputi menetapkan kebijakan nasional terkait ASI, melakukan advokasi serta sosialisasi program ASI, mendorong pemberian ASI eksklusif, menyediakan pelatihan tentang ASI eksklusif, menempatkan konselor menyusui di berbagai fasilitas kesehatan dan tempat umum, menyertakan materi ASI eksklusif dalam kurikulum pendidikan baik formal maupun non-formal untuk tenaga kesehatan, mengawasi dan mengevaluasi pelaksanaan program ASI di berbagai tempat layanan kesehatan, pendidikan, tempat kerja, serta di masyarakat, serta mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi terkait ASI. Selain itu, pemerintah juga bertanggung jawab dalam mengembangkan kerja sama terkait program ASI dengan pihak dalam dan luar negeri serta memberikan akses mudah terhadap informasi dan edukasi mengenai program ASI.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan tanggal 22 Desember 2023, di Posyandu Kamboja Tukang Kayu Banyuwangi.

Tahap – tahap kegiatan:

1. Merancang materi dan brosur untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai kepentingan memberikan ASI kepada bayi..
2. Bekerja sama dengan relawan posyandu untuk melakukan penyuluhan kepada masyarakat.
3. Memberikan penjelasan materi kepada masyarakat mengenai signifikansi pemberian ASI.
4. Pengumpulan data melalui kuesioner setelah pemaparan materi untuk mengevaluasi kadar pemahaman Masyarakat mengenai signifikansi ASI.
5. Penyelesaian masalah biasanya melibatkan metode penyampaian lisan kepada audiens, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab.



6. Untuk menilai sejauh mana program pengabdian kepada masyarakat telah tercapai, dilakukan pengamatan dengan menggunakan kuesioner. Data yang terkumpul kemudian akan dianalisis. Penilaian kuesioner dilakukan dengan memberikan nilai 1 untuk jawaban yang benar dan nilai 0 untuk jawaban yang salah, kemudian hasilnya digolongkan ke dalam tiga kategori, yaitu baik, cukup, dan kurang. Kategori baik jika nilai >80%, cukup jika nilai antara 60-80%, dan kurang jika nilai <60% (Khomsan, 2022).

Hasil dan Pembahasan

Posyandu Kamboja Tukang Kayu Banyuwangi adalah sebuah pusat kesehatan yang secara aktif menyelenggarakan pemeriksaan kesehatan untuk anak-anak di bawah usia 2 tahun dan ibu. Melalui pengabdian kepada masyarakat di Posyandu Kamboja Tukang Kayu Banyuwangi, kita dapat mengambil manfaat sebagai sumber informasi penting mengenai keberhasilan memberikan ASI secara eksklusif kepada bayi berusia 0-6 bulan. Masyarakat sasaran yang hadir dalam penyuluhan tersebut diikuti sebanyak 20 orang ibu dengan usia, Pendidikan terakhir, pekerjaan, serta jumlah anak yang berbeda – beda.

Hasil yang didapatkan dari penyebaran kuesioner 90% dari peserta survei telah memperoleh pemahaman yang solid tentang kepentingan ASI Eksklusif. Evaluasi terbaru menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan ibu-ibu mengenai pentingnya ASI eksklusif. Hasil ini menandakan keberhasilan penyuluhan dalam menyampaikan informasi serta meningkatkan kesadaran. Reaksi sangat positif dari masyarakat terhadap materi yang disampaikan oleh narasumber serta keaktifan para responden untuk bertanya di akhir pemaparan juga menjadi bukti yang menguatkan efektivitas program penyuluhan ini. Antusiasme dan partisipasi aktif dari ibu-ibu selama sesi tanya jawab menunjukkan bahwa mereka memiliki keinginan kuat untuk memahami dan menerapkan ASI eksklusif. Ini adalah indikasi positif bahwa ibu-ibu memiliki motivasi tinggi untuk memberikan yang terbaik bagi bayi mereka.

Lebih lanjut, kegagalan dalam memberikan ASI Eksklusif pada bayi juga bisa disebabkan oleh kurangnya pengetahuan yang dimiliki oleh seorang ibu. (Roesli, 2015) mengemukakan apabila tingkat pendidikan seorang ibu rendah, maka pengetahuannya mengenai ASI juga cenderung terbatas, yang pada akhirnya dapat menghambat upaya memberikan ASI Eksklusif selama 6 bulan penuh kepada bayi. Untuk menjaga tingkat pengetahuan yang telah diperoleh, perlu dilakukan kegiatan rutin untuk memperkuat



pengetahuan masyarakat. Hal ini dapat dilakukan secara independen oleh kader posyandu yang telah mendapat pelatihan dari puskesmas atau bekerja sama dengan lembaga kesehatan lain seperti program studi kebidanan, keperawatan, dan sebagainya.

Meskipun pengetahuan meningkat, masih ada beberapa tantangan yang dihadapi oleh ibu-ibu, seperti masalah laktasi, mitos seputar menyusui, dan dukungan dari keluarga. Penyuluhan lebih lanjut dan dukungan berkelanjutan diperlukan untuk mengatasi tantangan ini. Untuk memastikan keberlanjutan pemberian ASI eksklusif, penting adanya dukungan yang terus-menerus dari tenaga kesehatan dan komunitas. Kolaborasi dengan posyandu, puskesmas, dan organisasi kesehatan lainnya dapat membantu ibu-ibu dalam perjalanan menyusui mereka.

Kesimpulan

Dari total 20 responden menunjukkan bahwa 90% memiliki pengetahuan yang baik. Kegiatan penyuluhan dan edukasi yang dilakukan telah berhasil meningkatkan pengetahuan ibu-ibu tentang ASI eksklusif. Peserta kegiatan menunjukkan antusiasme yang tinggi dan banyak bertanya untuk memperdalam pemahaman mereka. Berdasarkan hasil pengabdian Masyarakat yang kami lakukan, dapat disimpulkan bahwa pentingnya memberikan ASI eksklusif pada bayi untuk kesehatan ibu dan anak, Wanita Usia Subur (WUS), ibu hamil, dan ibu menyusui di Posyandu Kamboja wilayah Tukang Kayu Banyuwangi telah terlaksana dengan sukses dari tahap perencanaan hingga evaluasi, melalui pelaksanaan dan pemantauan yang baik. Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah memberikan dampak positif bagi peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu-ibu tentang pentingnya ASI eksklusif. Diharapkan pemahaman ini dapat terus diterapkan dan disebarluaskan kepada ibu-ibu lainnya di wilayah tersebut. Perlu adanya tindak lanjut dan kolaborasi yang berkelanjutan antara pihak posyandu, tenaga kesehatan, dan masyarakat untuk memastikan pemberian ASI eksklusif dapat dilaksanakan secara konsisten dan menyeluruh di wilayah tersebut.

Daftar Pustaka

- Astutik, R. . (2014). *Payudara dan Laktasi*. Salemba Medika.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2022*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Endah, S. N., & Masdinarsah, I. (2011). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Post Partum di Ruang Kebidanan Rumah Sakit Muhammadiyah Bandung tahun 2011. *Jurnal Kesehatan Kartika*, 1–9.



- Harshindy, N. A., & Rahardjo, B. B. (2022). Analisis Analisis Pelaksanaan Program Asi Eksklusif di Posyandu. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition (IJPHN)*, 2(1), 60–66. <https://doi.org/10.15294/ijphn.v2i1.51375>
- Kemendes RI. (2023, May). Posyandu Semakin Siap Melayani Masyarakat Semua Usia. <https://Ayosehat.Kemkes.Go.Id/>. <https://ayosehat.kemkes.go.id/posyandu-semakin-siap-melayani-masyarakat-secara-menyuluh->
- Kementrian Kesehatan RI. (2021). *Buku Saku Hasil Studi Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2021*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khomsan, A. (2022). *Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi*. PT Penerbit IPB Press.
- Prasetyono, D. S. (2009). *Buku Pintar ASI Eksklusif: Pengenalan Praktek dan Kemanfaatannya*. Diva Press.
- Roesli, U. (2015). *Mengenal ASI Eksklusif*. Tubulus Agriwidya.
- Septiani, H., Budi, A., & Karbito. (2017). Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif Oleh Ibu Menyusui yang Bekerja Sebagai Tenaga Kesehatan. *Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 159–174.
- Sulistiyawati, H., & Mildiana, Y. E. (2022). The Effect of Oxytocin Massage on Breast Milk Production in Postpartum Mothers at PMB Nurul Awalia Astarie, A.Md. Keb, Mojoagung District, Jombang Regency. *Embrio Jurnal Kebidanan*, 14(1), 21–29. <https://doi.org/10.36456/embrio.v14i1.3489>