

# PENYULUHAN TERKAIT PENTINGNYA PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF BAGI KESEHATAN IBU DAN ANAK DI POSYANDU ANGGREK I CIPUTAT TIMUR, KOTA TANGERANG SELATAN

Fanny Azhar Rafa Vicanty<sup>1</sup>, Haniefa Rahmadhania Putri<sup>2</sup>, Lia Rahmawati<sup>3</sup>,  
Siti Shofiyah<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta  
Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cirendeui, Kecamatan Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten, 15419

Email: [Fannyazharr@gmail.com](mailto:Fannyazharr@gmail.com), [Haniefaputri@gmail.com](mailto:Haniefaputri@gmail.com), [Liarahmawati2410@gmail.com](mailto:Liarahmawati2410@gmail.com)

## ABSTRAK

Asi merupakan sumber nutrisi bagi bayi, asi bersifat eksklusif karena pemberiannya hanya berlaku pada bayi usia 0-6 bulan. Asi bersifat eksklusif sebanyak 9,3% sedangkan yang masih mendapatkan asi eksklusif sebanyak 84,9% untuk mengetahui pentingnya pemberian asi eksklusif dengan pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 6 bulan Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan yaitu dengan cara memberikan edukasi terkait pentingnya pemberian ASI Eksklusif bagi Kesehatan Ibu dan Anak serta tatacara penyimpanan ASI hasil penelitian menunjukkan pengaruh pentingnya pemberian asi eksklusif terhadap bayi.

**Kata Kunci:** Asi, Edukasi, Pertumbuhan

## ABSTRACT

*Breast milk is a source of nutrition for babies, breast milk is exclusive because it only applies to babies aged 0-6 months. Exclusive breastfeeding is 9.3% while those who are still receiving exclusive breastfeeding are 84.9% to know the importance of exclusive breastfeeding with the growth and development of babies aged 6 months. Community service activities carried out are by providing education regarding the importance of exclusive breastfeeding for health Mothers and Children and the procedures for storing breast milk, the results of the study show the importance of exclusive breastfeeding for infants.*

**Keywords:** Breastfeeding, Education, Growth

## 1. PENDAHULUAN

Asi merupakan sumber asupan gizi bayi, asi bersifat eksklusif karena hanya diberikan kepada bayi antara usia 0 dan 6 bulan (Kemenkes RI, 2011). Menyusui bayi baru lahir di bawah 6 bulan tanpa makanan dan minuman lain, kecuali vitamin, dan obat-obatan yang direkomendasikan oleh tenaga kesehatan untuk alasan medis disebut ASI eksklusif (WHO, 2019). Nutrisi terbaik bagi bayi pada 6 bulan pertama kehidupannya adalah ASI. WHO dan UNICEF merekomendasikan pemberian ASI eksklusif dari sejak lahir hingga usia 6 bulan dan bayi harus sering disusui dan tidak dibatasi waktu (IDAI, 2013). Salah satu manfaat ASI adalah bayi memperoleh kekebalan tubuh serta perlindungan dan

kehangatan melalui kontak kulit dengan ibunya, selain itu ASI eksklusif dapat mengurangi kejadian alergi, terganggunya pernapasan, diare dan obesitas pada anak (Riskani, 2012). Bila bayi tidak disusui secara eksklusif dapat berdampak buruk bagi kesehatan bayi. Adapun dampak buruk tersebut adalah risiko kematian karena diare 3,94 kali lebih tinggi dibandingkan bayi yang mendapat ASI eksklusif (Kemenkes, 2011).

Pada tahun 2017 sebagian besar bayi baru lahir di dunia diperkirakan 78 juta bayi baru lahir harus menunggu lebih dari satu jam untuk diberikan ASI, yang artinya hanya sekitar dua dari lima anak yang mendapat ASI tepat setelah dilahirkan (Unicef, 2018).

Berdasarkan data Riskesdas (2018) di Indonesia bayi berusia 6 bulan yang pernah

mendapatkan ASI eksklusif sebanyak 93,2% sedangkan yang masih mendapat ASI eksklusif sebanyak 84,9%. Di Jawa Barat bayi usia 6 bulan yang pernah diberikan ASI sebanyak 93,7% sedangkan yang masih mendapatkan ASI sebanyak 80,5%. Pertumbuhan merupakan peningkatan ukuran antropometrik tubuh dinilai dengan pengukuran panjang dan berat badan yang mengacu pada Grafik Pertumbuhan berbasis standar organisasi kesehatan dunia untuk anak-anak (Fitri et al, 2014).

Pertumbuhan bayi dan anak dapat dipantau dengan mengukur panjang badan, berat badan serta lingkar kepala. Untuk usia di bawah 1 tahun dapat dilakukan setiap bulan, dengan pemeriksaan lanjutnya dapat dilakukan setiap 3 bulan hingga anak berusia 5 tahun (IDAI, 2013). Ciri-ciri perkembangan yaitu, peningkatan fungsi fisik meliputi pendengaran, penglihatan, kecerdasan dan tanggung jawab (Saadah & Resminawati, 2013). Delapan puluh persen perkembangan otak bayi dimulai sejak di dalam kandungan dan berlanjut hingga usia 3 tahun, disebut periode emas.

Oleh karena itu pemberian ASI Eksklusif diperlukan selama 6 bulan yang dapat berlanjut sampai bayi berusia 2 tahun (Kemenkes, 2018). Menurut Profil Kesehatan Indonesia tahun 2014, angka cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan di Sumatera Barat adalah 73,6%. Hal ini dapat mempengaruhi tumbuh kembang bayi berdasarkan ASI eksklusif. Tentu Perlu ditingkatkan lagi, karena target nasional dalam pemberian ASI eksklusif adalah 80%.

Di Indonesia, salah satu provinsi yang sudah mencapai target tersebut yaitu Provinsi Nusa Tenggara Barat, dengan tingkat pencapaian 84,7%. Makanan pertama dan utama yang terbaik bagi bayi merupakan makanan yang bersifat alamiah yaitu ASI. ASI mengandung semua nutrisi penting yang dibutuhkan oleh bayi untuk tumbuh dan berkembang. Energi dan nutrisi yang dibutuhkan selama 6 bulan sepenuhnya terkandung dalam ASI, sehingga pedoman internasional merekomendasikan pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan pertama.

Hal ini didasarkan pada bukti ilmiah tentang manfaat ASI bagi daya tahan tubuh bayi, pertumbuhan dan perkembangan. Bayi yang tidak diberi ASI secara Eksklusif

mempunyai resiko lebih tinggi terkena penyakit. Menunda pemberian makanan padat dan memperpanjang pemberian ASI Eksklusif kepada bayi dapat mengurangi insiden terjadinya alergi makanan (Mukhlis, 2019).

## 2. METODE PELAKSANAAN

Pada Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan yaitu dengan cara memberikan edukasi terkait pentingnya pemberian ASI Eksklusif bagi Kesehatan Ibu dan Anak serta tatacara penyimpanan ASI. Berikut merupakan penjabaran terkait program yang dilakukan

### Tempat Pelaksanaan dan Peserta Pengabdian Masyarakat

- 1) Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Anggrek I Ciputat Timur, Tangerang Selatan.
- 2) Materi pada kegiatan ini adalah Mahasiswa pelaksana program yaitu Fanny Azhar Rafa Vicanty, Haniefa Rahmadhania Putri, dan Lia Rahmawati.
- 3) Peserta pada kegiatan ini adalah Ibu-Ibu Posyandu Anggrek I Ciputat Timur, Tangerang Selatan, Khususnya pada Wanita Usia Subur (WUS), Ibu hamil dan Ibu menyusui

### Kegiatan Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

- 1) Pemberian edukasi terkait pentingnya pemberian ASI Eksklusif bagi Kesehatan Ibu dan Anak serta pemberian informasi terhadap dampak apabila Ibu tidak memberikan anak ASI dan manfaat ASI bagi Ibu, Anak dan Keluarga oleh Mahasiswa pelaksana program.
- 2) Memberikan informasi terkait penyimpanan ASI yang baik dan benar.
- 3) Memberikan sedikit pertanyaan seputar materi yang sudah disampaikan terkait pemberian ASI Eksklusif bagi Kesehatan Ibu dan Anak kepada Ibu-ibu di Posyandu.

### Monitoring dan Evaluasi

Tim pengabdian melakukan monitoring terhadap kebiasaan masyarakat yang tidak memberikan ASI Eksklusif kepada Anak, karena mitos air susu tak cukup untuk bayi. Tim juga

melakukan evaluasi pada kegiatan yang telah dilakukan. Diharapkan dengan diadakan penyuluhan ini, masyarakat di Posyandu Anggrek I Ciputat Timur, Tangerang Selatan khususnya Wanita Usia Subur (WUS), Ibu hamil, dan Ibu menyusui, agar lebih peduli terhadap pentingnya ASI Eksklusif.

### 3. HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

a) Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan dengan uraian sebagai berikut:

- 1) Seluruh anggota kelompok melakukan penentuan program yang akan dilaksanakan.
- 2) Kemudian kelompok mengambil keputusan mengenai pengambilan program yang akan dilakukan yaitu “Pentingnya pemberian ASI Eksklusif bagi Kesehatan Ibu dan Anak” yang dilakukan di Posyandu Anggrek I Ciputat Timur, Tangerang Selatan dengan penyampaian materi kepada seluruh masyarakat khususnya pada Wanita Usia Subur (WUS), Ibu hamil, dan Ibu menyusui.
- 3) Melakukan konsultasi kepada Dosen Pembimbing Lapangan yaitu Ibu Siti Shofiyah, M.Ag.
- 4) Kemudian melakukan proses pembuatan konsep pelaksanaan yang akan dilakukan
- 5) Program ini dilaksanakan pada hari Kamis, 11 Agustus 2022 di Posyandu Anggrek I Ciputat Timur, Tangerang Selatan.

b) Pencapaian dan Manfaat Program

Pada program pemberian edukasi terkait pentingnya pemberian ASI Eksklusif bagi Kesehatan Ibu dan Anak ini dilakukan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai pentingnya pemberian ASI Eksklusif bagi Kesehatan Ibu dan Anak khususnya pada Wanita Usia Subur (WUS), Ibu Hamil, dan Ibu Menyusui. Dengan adanya pemberian edukasi ini, diharapkan Ibu-Ibu yang mendapatkan edukasi ini dapat memotivasi Ibu-ibu tentang pentingnya kesadaran dalam memberikan ASI Eksklusif pada bayi dan dapat meningkatkan

pemahaman tentang ASI Eksklusif serta dapat mengaplikasikannya di kehidupan mereka sehari-hari dan program ini dapat berjalan lancar sesuai dengan yang telah direncanakan.



**Gambar 1.** Penyuluhan di Posyandu Anggrek I Ciputat Timur, Tangerang Selatan



**Gambar 2.** Pemberian hadiah kepada pemenang kuis



**Gambar 3.** Foto Bersama dengan Ibu Kader di Posyandu Anggrek I Ciputat Timur, Tangerang Selatan

#### 4. KESIMPULAN

Setelah pengabdian masyarakat yang kami lakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa penyuluhan pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi bagi kesehatan ibu dan anak, Wanita Usia Subur (WUS), Ibu Hamil dan Ibu Menyusui di Posyandu Angrek Ciputat Timur Kota Tangerang Selatan terlaksana dengan baik, mulai dari perencanaan, pelaksanaan, monitoring hingga evaluasi.

Kegiatan penyuluhan ini penting dilakukan, karena sebelumnya para ibu hanya mengetahui bahwa kebutuhan bayi hanya ASI. Namun dengan penyuluhan ini para ibu di lingkungan Posyandu Angrek I Ciputat Timur memiliki peningkatan pemahaman tentang manfaat pemberian ASI bagi kesehatan ibu dan anak.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak yang telah berperan dalam program yang telah dilakukan yaitu "Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif bagi Kesehatan Ibu dan Anak", khususnya kepada pihak Posyandu Angrek I Ciputat Timur yang telah memberikan kami kesempatan untuk memberikan sedikit kontribusi kami sebagai Mahasiswa dalam bidang pembelajaran. Terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) yang telah menjadi wadah kami dalam melakukan pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini. Terimakasih kepada Universitas Muhammadiyah Jakarta yang telah mengadakan kegiatan ini sehingga kami dapat memberikan kontribusi kami sebagai mahasiswa kepada masyarakat diluar sana. Terimakasih kepada Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) kami, yaitu Ibu Siti Shofiyah yang telah membimbing kami.

#### DAFTAR PUSTAKA

- IDAI. (2013). Air Susu Ibu dan Tumbuh Kembang Anak.  
<https://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/air-susu-ibu-dan-tumbuh>
- Kemenkes, R. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018.  
<http://labdata.litbang.kemkes.go.id/imag>

[es/download/laporan/RKD/2018/Laporan\\_Nasional\\_RKD2018\\_FINA](https://www.kemkes.go.id/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINA)

- Kemenkes. (2011). Banyak Sekali Manfaat Asi Bagi Bayi Dan Ibu.  
<https://www.kemkes.go.id/article/print/1450/banyak-sekali-manfaat-asi-bagi-bayi-dan-ibu--.html>
- Fitri, D., Chundrayetti, E., & Semiarty, R. (2014). Hubungan Pemberian Asi Dengan Tumbuh Kembang Bayi Umur 6 Bulan Di Puskesmas Nanggalo