



Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan

Halaman Jurnal : <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/JPIKES>

Halaman UTAMA: <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php>



Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Asi Eksklusif Dalam Upaya Perbaikan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan

Rosna¹, Winriyani Rahwangi², Wulandari³, Hamsinar⁴, Wd Yulsin⁵

^{1,2,3,4,5} Institut Kesehatan dan Teknologi Buton Raya,

E-mail: rosnaona963@gmail.com¹, rahwangiw@gmail.com², wulannwu@gmail.com³,
sinarhamsinar181@gmail.com⁴, waodeyulsin27@gmail.com⁵

Alamat: Lamangga, Kec. Murhum, Kota Bau-Bau, Sulawesi Tenggara 93713

Korespondensi penulis : rosnaona963@gmail.com

ABSTRAK

ASI Eksklusif adalah pemberian ASI saja pada bayi selama 0 - 6 bulan tanpa asupan tambahan makanan dan minuman lain. ASI mengandung zat gizi yang berguna untuk mencukupi kebutuhan gizi bayi guna memperoleh tumbuh kembang bayi yang lebih baik. Tujuan pengabdian ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai ASI Eksklusif dan pentingnya pemenuhan gizi untuk bayi selama 1000 HPK. Metode : Menggunakan pendidikan kepada masyarakat dengan sasaran ibu hamil yang berjumlah 31 orang pada pertemuan penyuluhan yang membahas tentang ASI eksklusif dan pentingnya kebutuhan Gizi pada bayi selama 1000 HPK dalam pencegahan stunting. Hasil pengabdian menunjukkan semakin meningkatnya pengetahuan ibu hamil terhadap ASI eksklusif dan pentingnya pemenuhan gizi bayi selama 1000 HPK ibu hamil akan memenuhi kebutuhan gizi bayinya untuk mencegah terjadinya stunting. Kesimpulan bahwa peserta penyuluhan yakni ibu hamil telah memahami tentang ASI eksklusif, pentingnya pemenuhan gizi pada bayi selama 1000 HPK.

Kata kunci : Pengetahuan, Asi Eksklusif, Gizi 1000 HPK

ABSTRAK

Exclusive breastfeeding is giving only breast milk to infants for 0-6 months without additional intake of other foods and drinks. Breast milk contains nutrients that are useful for meeting the nutritional needs of babies to meet better baby growth and development. This service aims to increase pregnant women's knowledge about exclusive breastfeeding and the importance of fulfilling nutrition for babies for 1000 HPK. The method used was education for pregnant women, totaling 18 people at counseling meetings which discussed exclusive breastfeeding and the importance of nutritional needs in infants for 1000 HPK in preventing stunting. The results of the service show that there is an increasing knowledge of pregnant women about exclusive breastfeeding and the importance of fulfilling baby nutrition for 1000 HPK pregnant women will meet the nutritional needs of their babies to prevent stunting. The conclusion is that the counseling participants, namely pregnant women, have understood exclusive breastfeeding, the importance of fulfilling nutrition for infants during 1000 HPK.

Keywords: Knowledge, Exclusive Breastfeeding, Nutrition 1000 HPK

1. Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif merupakan makanan utama bagi bayi dan hanya menerima ASI dari ibu, atau pengasuh selama 6 bulan tanpa penambahan cairan atau makanan padat lain. ASI adalah sumber nutrisi terpenting yang dibutuhkan oleh setiap bayi idealnya diberikan secara eksklusif selama 6 bulan dan dilanjutkan makanan pendamping sampai usia 2 tahun (Bakri et al., 2022). WHO menargetkan pemberian ASI eksklusif pada bayi sebanyak 50%, tetapi data menunjukkan hanya 40% bayi di dunia yang mendapatkan ASI eksklusif (WHO/UNICEF, 2015) Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017 menunjukkan bahwa 52% bayi berumur dibawah 6 bulan mendapatkan ASI eksklusif. Meskipun demikian, Riskesdas 2018 menunjukkan hasil yang cukup berbeda, yang mana cakupan ASI eksklusif hanya 37,3% (Riskesdas, 2018).

Pemberian ASI eksklusif pada bayi merupakan salah satu upaya perbaikan gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) karena pada 1000 HPK fokus penanganan masalah gizi adalah dengan menurunkan proporsi anak balita pendek (stunted), anak balita kurus (wasted), anak yang lahir berat badan rendah dan gizi lebih pada anak, serta menurunkan proporsi anemia wanita usia subur dan meningkatkan prosentase ASI eksklusif. Apabila pada periode emas ini zat gizi tidak terpenuhi dengan baik, maka akan muncul masalah-masalah gizi tersebut (Puspita et al., 2021).

Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai kebutuhan gizi. Stunting ini merupakan masalah kronis kesehatan yang berkaitan dengan malnutrisi kronis yang terjadi pada anak dan masih menjadi perhatian pemerintah Indonesia dalam upaya penanganannya. (Iswandari et al., 2020). Sehingga salah satu gerakan percepatan perbaikan gizi adalah pemerintah mengadopsi gerakan Scaling up-Nutrition (SUN) Movement yang merupakan periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dan terbukti secara ilmiah bahwa periode 1000 HPK ini sangat menentukan kualitas kehidupan seseorang, sehingga jika pada rentang usia tersebut anak mendapatkan asupan gizi yang optimal maka penurunan status gizi anak bisa dicegah sejak dini (Himmawan, 2020).

Ibu bayi merupakan faktor utama dalam penentuan status bayi sehingga penting meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya status gizi pada bayi karena ketidakberhasilan ibu memberikan ASI atau menghentikan proses menyusui lebih dini disebabkan karena kurangnya pengertian dan pengetahuan ibutentang keunggulan ASI dan

manfaat menyusui. Akibat faktor tersebut dapat mempengaruhi status gizi balita, oleh karena itu sangat penting untuk memberikan pendidikan kepada ibu hamil tentang pentingnya ASI eksklusif.

2. Metode Pendampingan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan menggunakan metode kaji tindak (Action Research) dengan pendekatan program tindak partisipatif dengan bentuk pendidikan kesehatan dengan sasaran pada calon orang tua, terkhususnya pada ibu hamil agar dapat memperdayakan diri dalam upaya perbaikan gizi 1000 hari pertama kehidupan untuk mencegah stunting pada anak dengan mengoptimalkan gizi ibu dan calon bayi dengan metode ceramah dan tanya jawab di Desa Manuru Kecamatan Siotapina Kabupaten Buton pada bulan Desember 2022. Peserta Terdiri dari 31 ibu hamil dengan prosedur terprogram.

3. Hasil

Kegiatan pengabdian pada masyarakat dilaksanakan dalam bentuk pemberian Pendidikan kesehatan pada ibu hamil tentang pentingnya ASI eksklusif dalam upaya perbaikan gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan dengan metode ceramah dan tanya jawab. Kegiatan ini dilaksanakan dengan tetap memperhatikan kenyamanan ibu hamil dan menjaga protokol kesehatan. Sebelum memulai pemberian penyuluhan, peserta diberikan pre-test dalam bentuk kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu hamil tentang ASI eksklusif dengan hasil 70% tingkat pengetahuan peserta rendah. Pelaksanaan PkM dilakukan dengan metode ceramah dan tanya jawab antara pemateri dan peserta. Materi yang dibawakan yaitu terkait cara pemerian ASI eksklusif, manfaat ASI pada bayi, keunggulan ASI di banding susu formula, dampak tidak memberikan ASI pada bayi. Selama proses penyuluhan semua peserta tampak antusias mendengarkan informasi yang dipaparkan dan ada beberapa peserta mengajukan pertanyaan dan tanggapan terkait dengan ASI eksklusif. Pada akhir sesi peserta berharap kegiatan ini berkesinambungan dan terus dilaksanakan secara rutin.

Penyuluhan merupakan salah satu bentuk usaha Pendidikan non-formal (edukasi) kepada individu, kelompok, maupun masyarakat secara sistematis, terencana dan terarah dalam upaya perubahan perilaku. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang Asi eksklusif dengan cara penyuluhan. Penyuluhan dengan audio visual adalah salah satu media yang menyajikan informasi atau pesan melalui lihat dan dengan sehingga semakin banyak panca indera yang digunakan maka semakin jelas pengetahuan yang

diperoleh (Yuliana, 2020). Tindakan berbasis pengetahuan lebih bertahan daripada tindakan non pengetahuan, dan orang yang melakukan tindakan tersebut mengalami proses sadar untuk melihat objek (stimulus) dalam kaitannya dengan pengetahuan sebelumnya, yaitu tentang ASI eksklusif dalam upaya perbaikan gizi 1000 HPK untuk mencegah stunting (Rahmadhita, 2020).

Evaluasi kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat di Desa Manuru, Kecamatan Siotapina, Kabupaten Buton dengan kuesioner post test menunjukkan ada peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang ASI Eksklusif yang merupakan salah satu upaya mencegah stunting pada bayi. Hal ini sejalan dengan penelitian (Dewi Sariyani & Pebriana Santi Ady, 2018) yang menunjukkan adanya pengaruh positif pemberian penyuluhan dan leaflet tentang ASI eksklusif kepada ibu hamil, dimana semakin tinggi pengetahuan seseorang maka semakin baik orang dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayi dan sebaliknya. Hasil penelitian (Astuti, 2013) juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif $p\text{-value} < 0,05$. Penelitian lain juga menunjukkan terdapat perbedaan bermakna antara nilai pre test dan post test pada masing-masing kelompok yaitu kelompok media poster dan media flanelgraf dimana kedua media penyuluhan ini mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil. (tanjungsari et al., 2019).

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan pada anak yakni tinggi badan anak lebih rendah atau pendek dari standar usianya, salah satu faktor yang berhubungan langsung dengan stunting adalah pemberian ASI eksklusif. Anak yang diberikan ASI secara eksklusif memiliki risiko yang lebih rendah untuk terkena Stunting. Hal yang menentukan sikap ibu dalam pemberian ASI eksklusif adalah pengetahuan tentang ASI eksklusif itu sendiri. Penelitian. Hasil Penelitian (Kuswanti et al., 2020) menunjukkan rata-rata nilai pengetahuan ibu hamil terkait pengertian ASI eksklusif, manfaat ASI eksklusif, pemberian ASI eksklusif, pengertian kolostrum, makanan prelaktal, konsumsi ibu menyusui dan perawatan payudara adalah sebanyak 48% berpengetahuan kategori cukup baik, 36% kategori baik, sedangkan 12% berada pada kategori kurang baik dan hanya 4% yang berada pada kategori sangat baik. Kejadian stunting dipengaruhi oleh berat badan lahir, asupan gizi balita, pemberian ASI, riwayat penyakit infeksi, pengetahuan gizi ibu balita, dan pendapatan keluarga yang rendah, namun faktor yang paling dominan adalah pemberian ASI (Fitriana et al., 2021).

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Manuru Kecamatan siotapina Kabupaten Buton diperoleh kesimpulan bahwa peserta penyuluhan sebanyak 31 ibu hamil mengalami peningkatan pengetahuan tentang ASI Eksklusif dan Kecukupan gizi bagi ibu dan bayi/balita dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan dengan harapan pengetahuan ibu hamil yang meningkat ini dapat berkontribusi untuk mencegah angka kejadian stunting pada bayi. Diharapkan pihak puskesmas wilayah kerja setempat dapat terus memberikan edukasi lanjutan terkait ASI eksklusif serta perlunya memberdayakan Kader Kesehatan untuk mendampingi dan melakukan advokasi agar ASI tetap diberikan.

5. Persembahkan

Kami mengucapkan terima kasih kepada para dosen dan Kepala Desa Manuru yang telah memberikan wawasan dan keahlian yang sangat membantu penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Astuti, I. (2013). Determinan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Menyusui. *Health Quality*, 4.
- Bakri, S. F. M., Nasution, Z., Safitri, E. M., & Wulan, M. (2022). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Desa Daulat Kecamatan Langsa Kota Tahun 2021. *Miracle Journal*, 2(1), 178–192.
<https://ojs.unhaj.ac.id/index.php/mj/article/view/253>
- Dewi Sariyani, M., & Pebriana Santi Ady, N. K. (2018). Pengaruh Tingkat Pengetahuan Ibu Menyusui Terhadap Pemberian ASI Eksklusif Di Tabanan. *Jurnal Medika Usada*, 1(1). <https://doi.org/10.54107/medikausada.v1i1.12>
- Fitriana, Y. Fitriana, Rahmawati, I., & Wahyu Utami, R. (2021). Gencar Pemberian Asi Eksklusif Guna Mencegah Stunting pada Anak Di Dusun Santan Kecamatan Pajangan Bantul. *Journal of Innovation in Community Empowerment*, 3(1).
<https://doi.org/10.30989/jice.v3i1.583>
- Himmawan, L. S. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Kader Posyandu Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). *Jurnal Kesehatan*, 11(1).
<https://doi.org/10.38165/jk.v11i1.194>
- Iswandari, D. P., Hariastuti, I., Anggriana, T. M., & Wardani, S. Y. (2020). Biblio-Journaling sebagai optimalisasi peran Ayah pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1).
<https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i1.4988>
- Kuswanti, M., Nurhayati, A., & Patriasih, R. (2020). Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Asi Eksklusif Untuk Mencegah Stunting Di Kelurahan Cimahi (The Knowledge Of Pregnant Women On Exclusive Breastfeeding To Prevent Stunting In Cimahi

- Village). *Media Pendidikan, Gizi, Dan Kuliner*, 9(1).
<https://doi.org/10.17509/boga.v9i1.23977>
- Puspita, L., Umar, M. Y., & Wardani, P. K. (2021). Pencegahan Stunting Melalui 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu(Abdi Ke Ungu)*, 3(1).
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1). <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.253>
- Riskesdas. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018 Kementerian. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- tanjungsari, annisa rizky, Palupi, D. N., & Widyastomo, J. W. (2019). Efektifitas Media Poster Dengan Flanelgraf Terhadap Pengetahuan Kesgilut Ibu Hamil Desa Klampok Singosari Malang. *E-Prodenta Journal of Dentistry*, 3(1).
- WHO/UNICEF. (2015). Prevention and Control of Iron Deficiency Anaemia in Women and Children Prevention and Control of Iron Deficiency Anaemia in Women and Children. Geneva, Switzerland, February. <https://doi.org/10.1186/1750-1172-8-47>
- Yuliana, T. K. (2020). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Melalui Audio Visual Dengan Hasil Pengetahuan Setelah Penyuluhan Pada Remaja Sma Negeri 2 Pontianak Tahun 2017. *Jurnal_Kebidanan*, 8(1).
https://doi.org/10.33486/jurnal_kebidanan.v8i1.67