



**KOMUNIKASI ANTAR PRIBADI PADA IBU RUMAH TANGGA UNTUK TETAP
MEMBERIKAN ASI EKSKLUSIF PADA BAYI 0-6 BULAN DI KELURAHAN
HAMADI KOTA JAYAPURA**

Mina Blandina Ayomi¹, Samuel Piter Irab², Yori R. Padang³, Dessy O. Tukan⁴

¹ Pengajar Peminatan Promosi Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Cenderawasih

² Pengajar Peminatan Gizi Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Cenderawasih

^{3,4} Mahasiswa Peminatan Promosi Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas
Cenderawasih

Email Penulis Korespondensi (*): minabayomi@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Penyuluhan pada ibu rumah tangga khususnya ibu yang memiliki bayi berusia 0-6 bulan dan ibu hamil tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif. Tujuan : mengingatkan ibu rumah tangga tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif dan memberikan informasi tentang hal-hal yang mempengaruhi produksi asi dan anjuran makanan tambahan bagi ibu yang memberikan ASI Eksklusif pada bayi. Metode : memberikan edukasi kepada ibu-ibu di Hamadi dengan metode komunikasi antar pribadi dari rumah ke rumah (door to door). Kesimpulan : tidak semua ibu-ibu rumah tangga mengetahui makanan tambahan bagi ibu yang memberikan ASI Eksklusif pada bayinya sehingga disarankan kepada ibu-ibu rumah tangga agar lebih aktif ke Posyandu dan fasilitas kesehatan, mengikuti informasi kesehatan lewat media social

Kata Kunci : ASI Eksklusif, Ibu Rumah Tangga

ABSTRACT

Background: Counseling for housewives, especially mothers with babies aged 0-6 months and pregnant women about the importance of exclusive breastfeeding. Objective: to remind housewives about the importance of exclusive breastfeeding and provide information about things that influence breast milk production and recommendations for additional food for mothers who give exclusive breast milk to babies. Method: providing education to mothers in Hamadi using door-to-door interpersonal communication methods. Conclusion: not all housewives know about additional food for mothers who give exclusive breast milk to their babies so it is recommended for housewives to be more active in going to Posyandu and health facilities, following health information via social media

Keywords : Exclusive breastfeeding, Housewife

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).

Kebutuhan nutrisi yang terpenuhi saat masa kehamilan sangat penting untuk menjaga asupan gizi yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan janin. Namun, setelah melahirkan pun Ibu tetap harus mengonsumsi makanan dengan kandungan nutrisi yang lengkap karena saat melahirkan Ibu banyak mengeluarkan darah dan tentunya membutuhkan nutrisi untuk membantu pembentukan darah lebih cepat. Selain itu, makanan nutrisi tinggi terutama yang mengandung kalsium juga penting untuk membuat ASI keluar lebih lancar.

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). Oleh karena itu pemberian ASI Eksklusif diperlukan selama 6 bulan yang dapat berlanjut sampai bayi berusia 2 tahun (Kemenkes, 2018)

Penyuluhan pada ibu rumah tangga khususnya ibu yang memiliki bayi berusia 0-6 bulan dan ibu hamil tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif dan makanan tambahan bagi ibu yang memberikan ASI eksklusif. Merupakan aksi nyata dalam meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga untuk tetap memberikan ASI Eksklusif sampai dengan 6 bulan. Masalah yang di dapati pada saat dilaksanakannya program pengabdian masyarakat yaitu kurang pengetahuan ibu rumah tangga tentang makanan tambahan bagi ibu yang memberikan asi eksklusif pada bayi.

Kemenkes RI merekomendasikan banyak-banyak mengonsumsi makanan dengan kandungan vitamin C yang sangat baik untuk membantu tubuh menyerap zat besi. Kemudian vitamin D juga sangat penting untuk membantu penyerapan kalsium yang sangat penting untuk memproduksi ASI dengan lancar. Kekurangan kalsium saat masa menyusui beresiko lebih besar untuk mengalami pengeroposan tulang karena tubuh yang mengambil kalsium dari tulang dan gigi untuk membuat ASI dan kacang merah.



METODE

Metode yang digunakan yaitu dengan komunikasi antar pribadi kepada ibu-ibu di Hamadi dengan cara kunjungan rumah (*door to door*) berlokasi Kelurahan Hamadi pada tanggal 13 Mei 2023. Kegiatan yang dilakukan yaitu memberikan edukasi kepada ibu-ibu rumah tangga yang memiliki bayi dan ibu hamil serta membagikan leaflet.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Para ibu-ibu rumah tangga yang memiliki bayi dan ibu-ibu hamil menjadi sasaran utama tentang pentingnya pemberian asi eksklusif dan makanan tambahan bagi ibu yang memberikan asi eksklusif pada bayi, sebanyak 20 ibu-ibu rumah tangga di RT 03 RW 05 Kelurahan Hamadi.



Pemerintah Indonesia pada 2003 sudah menerapkan wajib ASI selama 6 bulan ini. Seperti yang dianjurkan oleh WHO dan UNICEF juga, setelah mendapat ASI eksklusif selama 6 bulan selanjutnya anak harus diberi makanan padat dan semi padat tambahan selain ASI. Pada UU No 36 tahun 2009 tentang Kesehatan, Pasal 128 disebutkan bahwa selama pemberian ASI pihak keluarga, pemerintah, dan masyarakat harus mendukung ibu secara penuh dengan penyediaan waktu dan fasilitas khusus. PP No 33 tahun 2012 juga menegaskan kewajiban pemberian ASI pada bayi baru lahir.

ASI (Air Susu Ibu) memiliki faktor protektif dan nutrisi yang dapat menjamin status gizi bayi. Selain itu ASI juga berguna untuk mencegah bayi dari berbagai infeksi seperti diare, otitis media, dan ISPA. Kolostrum (ASI pertama) mengandung 10-17 kali lebih banyak zat antibodi dari pada ASI yang



keluar setelahnya, untuk itu sangat penting dilakukan inisiasi menyusui dini (IMD) pada bayi baru lahir. (Kemenkes RI, 2014)

Hasil yang di dapatkan dari pembagian Media Promosi Kesehatan yaitu Leaflet tentang Pemberian ASI Eksklusif pada ibu-ibu rumah tangga sebanyak 20 ibu-ibu rumah tangga yaitu sudah banyak dari ibu-ibu yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai pentingnya pemberian asi eksklusif kepada bayi tetapi beberapa dari ibu-ibu rumah tangga belum tau makanan tambahan bagi ibu yang memberikan asi eksklusif pada bayi. Hal ini dapat dilihat dari respon ibu-ibu saat diberikan penyuluhan dan leaflet tentang pentingnya pemberian asi eksklusif dan makanan yang dapat dikonsumsi oleh ibu-ibu yang memberikan ASI Eksklusif pada bayi, sehingga beberapa ibu-ibu baru mengetahui apa saja makanan tambahan yang baik bagi ibu menyusui untuk membantu terjadinya produksi ASI

KESIMPULAN

Ibu-ibu rumah tangga memperoleh tambahan pengetahuan dan informasi tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif dan makanan tambahan yang baik dikonsumsi oleh ibu yang memberikan ASI Eksklusif pada bayi.

REKOMENDASI

Saran bagi ibu-ibu rumah tangga yang memiliki bayi dan ibu-ibu hamil untuk selalu aktif ke Posyandu dan fasilitas kesehatan, serta mengakses informasi tentang ASI Eksklusif lewat media social yang tersedia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada ibu-ibu rumah tangga di kelurahan Hamadi yang sudah menerima kami dengan menerima leaflet dan penjelasan yang kami berikan.

Semua pihak yang tidak kami sebutkan

REFERENSI

IDAI. (2013). Air Susu Ibu dan Tumbuh Kembang Anak.

Kemenkes, R. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018.

Kemenkes. (2011). Banyak Sekali Manfaat Asi Bagi Bayi Dan Ibu.

Kemenkes RI, 2014, Situasi dan Analisis ASI Eksklusif, Infodatin, Indonesia

Vicanty F. A. R. dkk. 2022. Penyuluhan Terkait Pentingnya Pemberian Asi Eksklusif Bagi Kesehatan Ibu Dan Anak Di Posyandu Anggrek I Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan