

# Edukasi Kesehatan: Pentingnya ASI Eksklusif Bagi Ibu dan Bayi

Nurlisis<sup>1</sup>, Elmia Kursani<sup>2</sup>, Chairy Rosmansyah<sup>3</sup>, Safa Salsabila<sup>4</sup>

Kesehatan Masyarakat Universitas Hang Tuah Pekanbaru  
elmiakursanihtp@gmail.com

## Abstrak

ASI merupakan makanan yang paling cocok bagi bayi karena mempunyai nilai gizi yang paling tinggi dibandingkan dengan makanan bayi yang dibuat oleh manusia ataupun yang berasal dari susu hewan maupun dari bahan tumbuhan. Oleh karena itu tidak diragukan lagi menetek adalah cara pemberian makanan bayi yang paling baik. Masyarakat pada umumnya sudah sadar akan pentingnya pemberian ASI kepada anak mereka, namun belum banyak yang mengetahui betapa pentingnya pemberian ASI eksklusif kepada bayi mereka. Salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang manfaat ASI eksklusif terhadap ibu dan bayi. Tujuan dari kegiatan ini untuk menambah pengetahuan tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif kepada bayi baru lahir sampai dengan 6 bulan. Kegiatan ini dilakukan di lingkungan posyandu RW 01, Kelurahan Agrowisata, Kecamatan Rumbai Barat Pekanbaru. Materi yang diberikan tentang pentingnya ASI eksklusif terhadap ibu dan bayi. Hasil dari kegiatan ini adalah menambah pengetahuan masyarakat tentang ASI eksklusif.

**Kata kunci :** Penyuluhan, Pentingnya ASI Eksklusif, Ibu, Bayi, Posyandu

## Abstract

*Breast milk is the most suitable food for babies because it has the highest nutritional value compared to baby food made by humans or from animal milk or plant materials. Therefore, there is no doubt that breastfeeding is the best way to provide food for babies. The public in general is already aware of the importance of giving breast milk to their children, but not many know how important it is to give exclusive breastfeeding to their babies. One effort that can be made is to provide knowledge to the public about the benefits of exclusive breastfeeding for mothers and babies. The purpose of this activity is to increase knowledge about the importance of giving exclusive breastfeeding to newborns up to 6 months. This activity was carried out in the RW 01 posyandu environment, Agrowisata Village, Rumbai Barat District, Pekanbaru City. The material provided was about the importance of exclusive breastfeeding for mothers and babies. The result of this activity is to increase public knowledge about exclusive breastfeeding.*

**Keywords:** Counseling, Importance of Exclusive Breastfeeding, Mother, Baby, Posyandu

## 1. PENDAHULUAN

ASI merupakan salah satu makanan yang sempurna dan terbaik bagi bayi karena mengandung unsur-unsur gizi yang dibutuhkan oleh bayi untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Pemberian ASI perlu diberikan secara eksklusif sampai anak berumur 6 bulan dan dapat dilanjutkan sampai anak berusia 2 (dua) tahun (Khotimah et al., 2024). walaupun demikian masih terdapat kendala dalam pemantauan pemberian ASI eksklusif karena belum ada sistem yang dapat diandalkan untuk memantau pemberian ASI Eksklusif. Meskipun sebagian orang tua telah menyadari pentingnya memberikan ASI kepada bayinya, tetapi berbagai kendala masih ditemukan di masyarakat. Salah satunya adalah ketidakberhasilan ibu menyusui anaknya sampai usia 6 bulan secara eksklusif (Prihatini et al., 2023).

Menyusui dikaitkan dengan manfaat kesehatan yang cukup besar bagi bayi. Selain nutrisi penting, sel kekebalan dan komponen bioaktif, ASI juga mengandung beragam mikroba, yang penting untuk menjaga kesehatan payudara dan bayi. ASI mempengaruhi kesehatan anak seumur hidup. komposisi mikroba ASI dan oligosakarida susu manusia (HMO), sebagai konstituen penting yang membentuk perkembangan mikrobioma usus bayi dan kekebalan (dr. Hj. Tiangsa Sembiring, 2025).

Namun, meskipun pentingnya ASI eksklusif telah banyak diketahui, kenyataannya masih ada tantangan dalam upaya meningkatkan pemberian ASI eksklusif, seperti kurangnya pengetahuan di kalangan masyarakat, dukungan yang minim dari lingkungan sekitar, serta kurangnya fasilitas yang mendukung ibu dalam memberikan ASI. Oleh karena itu, penting untuk melakukan pengabdian masyarakat guna meningkatkan kesadaran akan manfaat ASI eksklusif dan memberikan informasi yang tepat kepada ibu-ibu di masyarakat mengenai cara pemberian ASI yang benar serta dampak positifnya bagi kesehatan bayi dan ibu.

Melalui program pengabdian masyarakat ini, diharapkan dapat meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif, serta memberikan edukasi yang mendalam mengenai teknik dan manfaat pemberian ASI, yang pada akhirnya dapat berkontribusi pada terciptanya generasi yang lebih sehat dan berkualitas (Jazila, R., Nuzulah, F., Amanah, K., Fakhriah, N., Lamasano, M., QS, S., ... & Nurkhalisyah, 2024). Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah

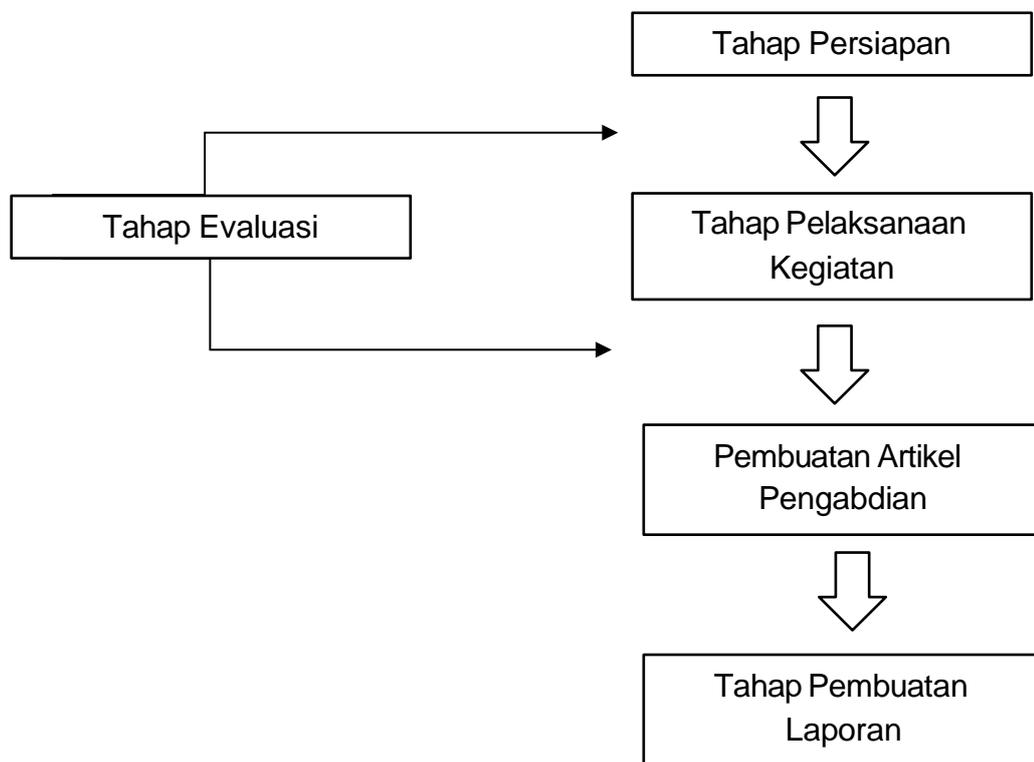
untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat RW 01 tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif kepada bayi.

## 2. MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat dirumuskan masalahnya ialah : Bagaimana pandangan masyarakat RW 01 mengenai pemberian ASI eksklusif, pentingnya ASI eksklusif terhadap ibu dan bayi

## 3. METODE

Metode pelaksanaan pada program pengabdian kepada masyarakat ini disusun secara sistematis :



Gambar 2 Metode Pelaksanaan

### A. Tahapan Persiapan

Kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan adalah :

1. Survei tepat pelaksanaan
2. Pengurusan kegiatan administrasi dan perizinan tempat pengabdian Masyarakat.

## **B. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan pengabdian akan dilakukan setelah melakukan persiapan dan meminta izin kepada kader posyandu setempat melati wisata. Kegiatan akan dilakukan di posyandu setempat melati wisata kelurahan Agrowisata Kecamatan Rumbai Barat Kota Pekanbaru. Dalam pelaksanaan pemberian materi dalam bentuk penjelasan leaflet kepada beberapa ibu yang sedang melakukan imunisasi, setelah penjelasan materi akan dilakukan sesi tanya jawab untuk mengetahui bagaimana tingkat pengetahuan ibu-ibu setelah diberi paparan materi.

## **C. Tahapan Evaluasi Kegiatan**

Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terdapat kekurangan selama kegiatan berlangsung. Tahap ini bertujuan agar kegiatan dapat berjalan sesuai dengan yang direncanakan dan diharapkan. Evaluasi dari dampak kegiatan terhadap audiens akan dilihat melalui pengamatan dan observasi di lapangan untuk menentukan apakah audiens mampu berfikir kritis dalam mengatasi masalah-masalah yang terjadi padanya.

## **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1) Hasil**

Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat yang kami lakukan berjalan dengan sukses dan lancar. Kegiatan ini dilakukan pada hari Sabtu 18 Januari 2025 pada Pukul 09.00 WIB sampai dengan 12.00 WIB bersama para Kader Posyandu dan Peserta Posyandu RW 01 dan RW 02 di Posyandu Setangkai Melati Wisata Kelurahan Agrowisata. Sebelum melakukan penyuluhan kesehatan semua tim ikut membantu dalam kegiatan Imunisasi kepada bayi yang rutin diselenggarakan oleh pihak Posyandu tersebut.

Hasil yang didapatkan dari kegiatan pengabdian ini adalah timbulnya rasa ketertarikan saat disampaikannya materi dan peserta mengucapkan terima kasih kepada kami karena sudah memberikan informasi mengenai “Pentingnya Asi Eksklusif Bagi Ibu dan Bayi” dengan media leaflet yang dibagikan ke setiap ibu-ibu Posyandu yang datang.

Dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang ditujukan kepada ibu-ibu

berdasarkan dari kuis tanya jawab yang diberikan pada akhir kegiatan yang dijawab oleh perwakilan peserta sebanyak 3 peserta dengan pertanyaan terkait ASI Eksklusif.

Setelah dilakukannya sesi tanya jawab, maka berakhirlah kegiatan penyuluhan kesehatan yang dilaksanakan di Posyandu Setangkai Melati Wisata kemudian dilanjutkan dengan sesi foto bersama untuk kenang-kenangan dan salam-salaman.

## **2) Pembahasan**

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan pada hari Sabtu, 18 Januari 2025 di Posyandu Setangkai Melati Wisata Kelurahan Agrowisata dapat dinilai berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Hal ini tercermin dari antusiasme peserta dan respons positif yang diberikan selama kegiatan berlangsung.

Partisipasi aktif dari para kader Posyandu dan peserta Posyandu RW 01 dan RW 02 menunjukkan bahwa topik "Pentingnya ASI Eksklusif Bagi Ibu dan Bayi" merupakan isu yang relevan dan dibutuhkan oleh masyarakat sasaran. Ketertarikan yang ditunjukkan peserta saat penyampaian materi mengindikasikan bahwa metode penyuluhan yang digunakan cukup efektif dalam menarik perhatian dan menyampaikan informasi kepada target audiens.

Keputusan untuk mengintegrasikan kegiatan penyuluhan dengan kegiatan rutin Posyandu, yaitu imunisasi bayi, menunjukkan strategi pendekatan yang tepat. Dengan ikut membantu dalam kegiatan imunisasi terlebih dahulu, tim dapat membangun rapport dan kepercayaan dengan peserta sebelum melakukan penyuluhan. Pendekatan ini menciptakan suasana yang lebih kondusif dan natural untuk transfer pengetahuan

Dengan dilaksanakan kegiatan penyuluhan merupakan suatu keputusan yang penting untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu yang memiliki bayi usia 0 sampai 6 bulan akan menjadi lebih paham tentang pengertian manfaat dari ASI eksklusif, disamping itu ibu-ibu juga mendapatkan ilmu tentang bagaimana bisa menghasilkan ASI yang lancar dengan memanfaatkan bahan-bahan masakan disekitar rumah seperti sayur-sayuran yabf sudah tersedia dan harganya lebih murah (Probo et al., 2024)

Penggunaan media leaflet sebagai bahan edukasi terbukti efektif sebagai sarana pendukung penyampaian informasi. Pembagian leaflet kepada setiap ibu peserta Posyandu memungkinkan mereka untuk membaca kembali informasi di rumah dan

berpotensi membagikan pengetahuan tersebut kepada anggota keluarga atau tetangga lainnya, sehingga dampak edukasi dapat lebih luas.

Sesi tanya jawab yang dilakukan di akhir kegiatan berfungsi sebagai metode evaluasi yang penting untuk mengukur tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan. Partisipasi 3 peserta sebagai perwakilan dalam menjawab pertanyaan terkait ASI Eksklusif menunjukkan bahwa informasi yang disampaikan dapat dipahami dan diserap dengan baik oleh peserta.

Ungkapan terima kasih dari peserta kepada tim pengabdian menunjukkan apresiasi dan kepuasan terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan. Hal ini mengindikasikan bahwa kegiatan memberikan manfaat nyata bagi peserta dan memenuhi kebutuhan informasi mereka terkait ASI eksklusif.

Keberhasilan kegiatan ini memiliki implikasi positif terhadap peningkatan pengetahuan ibu-ibu tentang pentingnya ASI eksklusif. Dengan meningkatnya pengetahuan ini, diharapkan akan terjadi perubahan perilaku yang mendukung praktik pemberian ASI eksklusif, yang pada akhirnya akan berkontribusi terhadap perbaikan status gizi dan kesehatan bayi di wilayah tersebut (Wahyuni, A., Safitri, F., & ZA, 2024).

Antusiasme dan respons positif yang ditunjukkan peserta mengindikasikan potensi yang baik untuk keberlanjutan program serupa di masa mendatang. Kerjasama yang terjalin dengan pihak Posyandu juga membuka peluang untuk pengembangan program edukasi kesehatan lainnya yang dapat bermanfaat bagi masyarakat setempat.

Berdasarkan hasil kegiatan yang positif, disarankan untuk melakukan kegiatan serupa secara berkala dengan topik-topik kesehatan lainnya yang relevan dengan kebutuhan masyarakat. Selain itu, perlu dipertimbangkan untuk melakukan evaluasi lanjutan terhadap penerapan pengetahuan yang telah diberikan dalam kehidupan sehari-hari peserta untuk mengukur dampak jangka panjang dari kegiatan pengabdian ini.

## **5. KESIMPULAN**

1. Kegiatan Penyuluhan ini mendapatkan izin dari perangkat desa RW 01 Kelurahan Agrowisata, Kecamatan Rumbai Barat Kota Pekanbaru dan izin dari kampus Universitas Hang Tuah Pekanbaru.

2. Kegiatan Penyuluhan ini mendapatkan respon yang baik dari sasaran penyuluhan yaitu masyarakat RW 01 Kelurahan Agrowisata, Kecamatan Rumbai Barat Kota Pekanbaru, yang menjadi sasaran penyuluhan kesehatan yang dilihat dari partisipasi mereka dalam mengikuti kegiatan penyuluhan untuk mendengarkan edukasi/penyuluhan kesehatan oleh tim penyuluhan.
3. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan berhasil meningkatkan pengetahuan ibu-ibu tentang pentingnya ASI eksklusif, terbukti dari antusiasme peserta dalam sesi tanya jawab dan umpan balik yang positif.

## DAFTAR PUSTAKA

- dr. Hj. Tiangsa Sembiring, M. S. (2025). Asi Eksklusif. *Dari Kemenkes*, 19 Januari. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1046/asi-eksklusif](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1046/asi-eksklusif)
- Jazila, R., Nuzulah, F., Amanah, K., Fakhriah, N., Lamasano, M., QS, S., ... & Nurkhalisyia, S. (2024). Edukasi Manfaat Asi Eksklusif Terhadap Ibu Dan Bayi Pada Posyandu Dusun Bulak Desa Dadapan Kab Kendal Ngawi Jawa Timur. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAKes)*, 2(2), 28–33.
- Khotimah, K., As Satillah, S., Fitriani, V., Miranti, M., Maulida, M., Hasmalena, H., Pagarwati, L. D. A., & Zulaiha, D. (2024). Analisis Manfaat Pemberian Asi Eksklusif Bagi Ibu Menyusui dan Perkembangan Anak. *PAUDIA : Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 13(2), 254–266. <https://doi.org/10.26877/paudia.v13i2.505>
- Prihatini, F. J., Achyar, K., & Kusuma, I. R. (2023). Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Ketidakberhasilan ASI Eksklusif pada Ibu Menyusui. *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, 3(4), 184–191. <https://doi.org/10.14710/jrkm.2023.18811>
- Probo, V. I. E., Sunartono, S., & Novelia, Z. I. (2024). Penyuluhan Pentingnya Asi Eksklusif Membentuk Generasi Berprestasi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kalumpang Kota Ternate. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 2(4), 90–95. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v2i4.86>
- Wahyuni, A., Safitri, F., & ZA, R. N. (2024). Edukasi Dan Pendampingan Pemberian Asi Eksklusif Bagi Ibu Bekerja Di Wilayah Puskesmas Alue Bilie. *Jurnal*

*Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan, 6(2), 137–142.*