

**PENYULUHAN DUKUNGAN SUAMI TERHADAP KEBERHASILAN
PEMBERIAN ASI EKSLUSIF**

*COUNSELING HUSBAND'S SUPPORT FOR THE SUCCESS OF EXCLUSIVE
BREASTFEEDING IN HELVETIA VILLAGE*

¹⁾Chrismis Novalinda Ginting, ²⁾Adinda Rahma Sari, ³⁾Yolima Halawa

^{1,2,3)}Program Studi Diploma Tiga Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan
Universitas Prima Indonesia, Medan
Jl. Danau Singkarak, Gg. Madrasah, Medan

Email:chrismisnovalindagintingunprimdn.ac.id

ABSTRAK

Dukungan suami sangat penting untuk keberhasilan pemberian ASI Eksklusif, karena suami dapat memberikan ketenangan jiwa dan kenyamanan ibu untuk menyusui bayinya sehingga dapat meningkatkan produksi ASI. ASI Eksklusif (menurut WHO) adalah pemberian ASI saja pada bayi sampai usia 6 bulan tanpa tambahan cairan ataupun makanan lain. ASI dapat diberikan sampai bayi berusia 2 tahun (Kristiyansari, 2009). ASI Eksklusif adalah pemberian hanya ASI saja tanpa makanan dan minuman lain. ASI Eksklusif dianjurkan sampai 6 bulan pertama kehidupan (Depkes RI, 2005). Metode yang digunakan dalam kegiatan melalui serangkaian tahap antara lain dengan penyuluhan atau edukasi, pelatihan, dan pendampingan terhadap ibu nifas dan suami. Beberapa kegiatan yang akan dilakukan yaitu: Pemeriksaan tanda-tanda vital pada ibu nifas, Pemeriksaan gizi, kebersihan diri/ personal hygiene, Pendidikan kesehatan tentang ASI Eksklusif kepada suami, Pendidikan kesehatan tentang gizi dan kebersihan diri, Pemberian reward bagi para ibu nifas, Door prize usai kegiatan Penyuluhan dan Pemberian reward bagi para kader. Fungsi dan tujuan pemberian ASI Fungsi dari pemberian ASI adalah karena ASI mengandung banyak nutrisi yang paling sesuai bagi kebutuhan tubuh bayi, serta mudah diterima dan dicerna oleh sistem pencernaannya yang masih sangat rentan. Jika diberi makanan tambahan lain sebelum bayi berusia 6 bulan, maka pencernaan bayi belum mampu mencerna dengan baik makanan tersebut, bahkan risiko munculnya penyakit pencernaan akan lebih besar.

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding (according to WHO) is breastfeeding only in infants up to the age of 6 months without additional fluids or other foods. Breast milk can be given until the baby is 2 years old (Kristiyansari, 2009). Exclusive breastfeeding is breastfeeding only without food and other beverages. Exclusive breast milk is recommended until the first 6 months of life (Ministry of Health RI, 2005). Methods used in the activity through a series of stages, among others, with counseling or education, training, and mentoring to mothers and husbands. Some of the activities that will be carried out are: Examination of vital signs in the mother nifas, Nutrition

examination, personal hygiene / personal hygiene, Health education about exclusive breastfeeding to the husband, Health education about nutrition and personal hygiene, Rewarding for mothers nifas, Door prize after counseling activities and rewarding for cadres. Function and purpose of breastfeeding The function of breastfeeding is because breast milk contains many nutrients that are most suitable for the needs of the baby's body, and are easily accepted and digested by the digestive system that is still very vulnerable. If given other additional food before the baby is 6 months old, then the digestion of the baby has not been able to digest well the food, even the risk of the appearance of digestive diseases will be greater.

PENDAHULUAN

ASI adalah cairan putih yang dihasilkan oleh kelenjar payudara Ibu melalui proses menyusui (Khasanah, 2011). ASI merupakan makanan yang disiapkan untuk bayi mulai masa kehamilan payudara sudah mengalami perubahan untuk memproduksi ASI. Makanan-makanan yang diramu menggunakan teknologi modern tidak bisa menandingi keunggulan ASI karena ASI mempunyai nilai gizi yang tinggi dibandingkan dengan makanan buatan manusia ataupun susu yang berasal dari hewan sapi, kerbau atau kambing.

Fungsi dan tujuan pemberian ASI Fungsi dari pemberian ASI adalah karena ASI mengandung banyak nutrisi yang paling sesuai bagi kebutuhan tubuh bayi, serta mudah diterima dan dicerna oleh sistem pencernaannya yang masih sangat rentan. Jika diberi makanan tambahan lain sebelum bayi berusia 6 bulan, maka pencernaan bayi belum mampu mencerna dengan baik

makanan tersebut, bahkan risiko munculnya penyakit pencernaan akan lebih besar. Setelah bayi berusia di atas 6 bulan, makanan tambahan pun boleh diberikan secara bertahap sesuai perkembangan sistem pencernaan bayi, sampai usia 2 tahun saat ia sudah bisa makan makanan normal seperti yang dikonsumsi orang dewasa.

1. Pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan

Pertolongan persalinan pada ibu yang dilakukan oleh tenaga kesehatan (dokter, bidan, paramedis lainnya) sebagai penolong pertama dalam proses lahirnya janin bayi, pemotongan tali pusat dan keluarnya plasenta. Persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan menurunkan resiko gangguan pasca persalinan dan mencegah infeksi neonatus

2. Bayi diberi ASI Eksklusif

Seorang ibu dapat memberikan buah hatinya ASI Eksklusif yaitu memberikan hanya ASI

saja tanpa memberikan makanan dan minuman lain kepada bayi sejak lahir sampai 6 bulan, kecuali obat dan vitamin (WHO, 2011).

3. Balita ditimbang setiap bulan

Menimbang berat badan merupakan parameter untuk menentukan status gizi balita, dengan melakukan penimbangan setiap bulan dapat diketahui jika terjadi penurunan pertumbuhan (*growth faltering*) dan perkembangan balita serta dapat diketahui lebih awal jika terdapat indikasi kekurangan gizi. Serta dapat dilakukan penyuluhan untuk mencegah kejadian gizi kurang dan buruk lebih dini.

Manfaat ASI bagi bayi

Meningkatkan daya tahan tubuh Sistem imun tubuh bayi belum mampu terbentuk dengan baik, sehingga bayi rentan terserang penyakit. ASI yang diberikan oleh ibu mampu membantu meningkatkan daya tahan tubuh bayi terhadap penyakit karena kandungan zat antibodi di dalamnya.

Menurunkan risiko penyakit infeksi Penyakit infeksi seperti diare, infeksi saluran napas, infeksi telinga, infeksi otak, infeksi saluran kemih, maupun infeksi saluran cerna tidak mudah menyerang bayi, jika diberikan ASI. Alasannya karena daya tahan tubuh bayi meningkat dengan berbagai nutrisi yang ada pada ASI.

Berat badan bayi normal Pemberian ASI menjaga berat badan bayi tetap normal, sehingga tidak mengalami obesitas maupun risiko penyakit diabetes tipe 2. Tentu dengan catatan ibu juga mengonsumsi makanan sehat dan kaya nutrisi, dan tidak banyak konsumsi makanan sumber gula. IQ lebih tinggi Anak-anak yang diberi ASI selama 2 tahun memiliki nilai tes kecerdasan atau IQ lebih baik. Tak hanya karena nutrisi lengkap yang ada pada ASI, juga karena adanya bonding atau ikatan batin

HASIL DAN PEMBAHASAN

Yang menjadi sasaran utama dalam penyuluhan ini adalah Masyarakat Helvetia yang akan diubah perilakunya pada hari Sabtu, 25 Januari 2020 Waktu: 08.00 WIB sd. Selesai.

ASI Eksklusif (menurut WHO) adalah pemberian ASI saja pada bayi sampai usia 6 bulan tanpa tambahan cairan ataupun makanan lain. ASI dapat diberikan sampai bayi

\berusia 2 tahun (Kristiyansari, 2009). ASI Eksklusif adalah pemberian hanya ASI saja tanpa makanan dan minuman lain. ASI Eksklusif dianjurkan sampai 6 bulan pertama kehidupan (Depkes RI, 2005).

Setelah mengikuti penyuluhan dan diskusi masyarakat camatan Helvetia mengetahui pentingnya dukungan suami terhadap

keberhasilan pemberian asi eksklusif.

KESIMPULAN

Program ini di mulai dari pendataan, musyawarah dengan tokoh masyarakat untuk menentukan berapa banyak ibu nifas yang melakukan pemberian asi eksklusif. Awalnya Kegiatan Bakti Bidan pada ibu nifas dengan Penyuluhan tentang pentingnya dukungan suami terhadap keberhasilan pemberian asi eksklusif.

Banyak masyarakat yang datang dalam penyuluhan tersebut bahkan ada yang ikut membawa keluarganya. Mereka diberikan pendidikan kesehatan mengenai ASI Eksklusif Mereka sangat antusias dengan bertanya tentang materi yang diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

Depkes RI. (2007). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta.

Depkes RI. (2008). *Gerakan Kesehatan Masyarakat Berperilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Jakarta.

Depkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan
Kementrian Kesehatan RI.

Noar, A.A. (2008). *Epidemiologi*. Jakarta: Rineka Cipta.

Notoatmodjo, Soekidjo (2007). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*, Jakarta: Rineka Cipta.

Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 2269/ MENKES/ PER/ XI/ 2011 tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat,