



---

## **PENGUATAN INTENSI IBU DALAM MEMBERIKAN ASI EKSKLUSIF SEJAK MASA KEHAMILAN**

Oleh

**Fauziyatun Nisa<sup>1</sup>, Esty Puji Rahayu<sup>2</sup>, Uke Maharani Dewi<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

Email: fauziyatun.nisa@unusa.ac.id<sup>1</sup>

---

### **Article History:**

Received: 16-11-2022

Revised: 21-11-2022

Accepted: 04-12-2022

### **Keywords:**

ASI Eksklusif, Penguatan Intensi, Niat

**Abstract:** Pemberian ASI sangat berperan penting dalam menyiapkan generasi penerus suatu negara. ASI merupakan sumber kehidupan bagi sang bayi pada periode pasca kelahiran. Pemberian ASI secara eksklusif bermanfaat bagi kesehatan bayi seperti menjaga kekebalan tubuh bayi terhadap penyakit, membunuh kuman dalam tubuh bayi, serta dapat mengurangi resiko kematian pada bayi. Cakupan ASI eksklusif masih rendah. Untuk itu perlu adanya upaya penguatan niat/intensi ibu menyusui untuk memberikan ASI eksklusif melalui motivasi dan edukasi. Hal ini akan efektif dilakukan sejak masa kehamilan hingga menyusui. Jika tidak ada niat, perilaku akan menjadi lemah dan bahkan semu; banyak faktor yang mempengaruhi niat termasuk pekerjaan, orang perkotaan menganggap bahwa orang - termasuk wanita - harus bekerja, karena ketika dia tidak memiliki pekerjaan, dia akan diremehkan; oleh karena itu perempuan lebih memilih bekerja dan membatasi kesempatan mereka untuk menyusui secara eksklusif. Ibu menyusui dengan persepsi, niat dan kontrol perilaku yang kuat akan menghentikan perilaku menyusui eksklusifnya ketika ruang menyusui tidak tersedia, tempat kerja jauh, dan cuti menyusui tidak memadai. Niat juga dipengaruhi oleh media dan promosi susu formula.

---

© 2022 SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

---

## **PENDAHULUAN**

Pemberian ASI sangat berperan penting dalam menyiapkan generasi penerus suatu negara. ASI merupakan sumber kehidupan bagi sang bayi pada periode pasca kelahiran. Pemberian ASI secara eksklusif bermanfaat bagi kesehatan bayi seperti menjaga kekebalan tubuh bayi terhadap penyakit, membunuh kuman dalam tubuh bayi, serta dapat mengurangi resiko kematian pada bayi (Fikawati & Syafiq, 2011). Air Susu Ibu (ASI) eksklusif menjadi makanan terbaik bagi bayi sampai usia 6 bulan karena mengandung berbagai nutrien yang sangat dibutuhkan oleh bayi untuk tumbuh dan berkembang secara optimal (Butte, Lopez-Alaracon, & Garza, 2002; Kemenkes, 2021). Pemberian ASI pada bayi baru lahir segera sampai berumur sedikitnya dua tahun akan memberikan banyak manfaat, baik untuk bayi, ibu maupun masyarakat pada umumnya. Manfaat bagi bayi yaitu untuk membantu pertumbuhan bayi dan perkembangan kecerdasannya, ASI yang mudah dicerna dan memiliki komposisi yang selalu menyesuaikan diri dengan kebutuhan bayi, mengandung zat anti diare, mengandung zat

anti diare, merangsang pertumbuhan sistem kekebalan tubuh dan mempererat ikatan batin antara ibu dan bayi .

Pemberian ASI di dunia masih rendah yaitu sekitar 38% masih jauh dari yang ditargetkan WHO (2016) sebesar 50%. Indonesia berada di peringkat ketiga terbawah dari 51 negara di dunia tentang pemberian ASI. Mengacu pada target program tahun 2014 sebesar 80%, secara nasional cakupan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif belum mencapai target, yaitu masih sebesar 52,3%. Data mencatat pemberian ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2015 sebesar 55,7% sedangkan pada tahun 2016 sebesar 54%. Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Indonesia (2014), hanya satu provinsi yang telah mencapai target yaitu Provinsi Nusa Tenggara Barat sebesar 84,7% dan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta urutan ketujuh sebesar 70,8%. Data dari dinas Sidoarjo tahun 2012 pemberian ASI eksklusif di Sidoarjo 51% dari target 68,5%. Tahun 2013 sebesar 68,3% dari target 80%.

Menyusui memerlukan kondisi emosional yang stabil, mengingat faktor psikologis ibu sangat mempengaruhi produksi ASI. Dari semua dukungan bagi ibu menyusui dukungan suami paling berarti bagi ibu (Abuidhail et al, 2019). Niat dan *self efficacy* ibu merupakan salah satu penentu dalam keberhasilan memberikan ASI (Chipojola, Chiu, Huda, Lin, & Kuo, 2020). Efikasi diri menyusui merupakan kekuatan seorang ibu yang mempengaruhi respon dalam menyusui seperti usaha dan pikiran yang kemudian mempengaruhi inisiasi dan tenaga dari perilaku menyusui. Efikasi diri ibu yang kuat akan mendorong ibu dalam mempelajari hal-hal baru. Ibu yang memiliki efikasi diri yang kuat permasalahan menyusunya lebih sedikit, memiliki persepsi yang baik tentang kepuasan bayi saat menyusu, dan selalu berusaha untuk mendapatkan berbagai informasi mengenai laktasi. Efikasi diri menyusui dapat dipengaruhi melalui pencapaian performance seperti pengalaman sebelumnya dengan perilaku menyusui, pengalaman perwakilan seperti melihat wanita lain berhasil menyusui, verbal persuasi seperti dorongan menyusui dari suami atau keluarga dan respon fisiologis seperti depresi, kecemasan dan kelelahan. Sangat penting bahwa ibu harus dididik dan dikonseling oleh perawat dan bidan tentang memulai pemberian ASI, pemberian ASI eksklusif dan kelanjutan yang efektif dari itu.

ASI begitu sempurna bagi bayi namun tidak akan berarti banyak bila perilaku ibu sendiri tidak mendukung tercapainya ASI Eksklusif oleh karena itu pemberian dukungan terhadap ibu yang menyusui merupakan faktor penting bagi keberhasilan pemberian ASI Eksklusif (Kemenkes, 2021; "WHO | Breastfeeding: Only 1 in 5 countries fully implement WHO's infant formula Code," 2014). Fesbein dan Ajzen (1980) dalam teori "Fesbein-Ajzen" mengemukakan bahwa faktor penentu dari perilaku seseorang adalah intention atau niat. Niat sebagai prediktor perilaku salah satunya ditentukan oleh persepsi kontrol diri (Mardiana, Yusran, & Erawan, 2016; Sulaeman, Murti, Setyawan, & Rinawati, 2017).

## **METODE PELAKSANAAN**

Langkah yang dilaksanakan untuk merealisasikan solusi yang ditawarkan diantaranya dibagi menjadi 3 tahapan, yaitu:

1. Persiapan, dilaksanakan dengan mengadakan sosialisasi kegiatan, perijinan dan koordinasi dengan kader dan ibu hamil di Kelurahan Wonokromo. Hasil sosialisasi, perijinan dan koordinasi adalah berupa susunan kegiatan, susunan acara pelaksanaan pengabdian masyarakat, sarpra dan undangan pelaksanaan kegiatan.

2. Pelaksanaan, dilaksanakan dengan memberikan materi, penyuluhan tentang ASI eksklusif dan penguatan intensi ibu hamil dalam persiapan pemberian ASI eksklusif melalui zoom, meliputi pemahaman tentang pentingnya ASI eksklusif, manfaat ASI bagi ibu dan bayi, serta tehnik menyusui yang benar. Kegiatan ini akan dilakukan pada ibu hamil sekitar kurang lebih 30 orang. Hasil dari kegiatan ini berupa video yang diuplod di youtube sehingga bisa diakses oleh seluruh ibu hamil dan terjadi peningkatan niat ibu dalam memberikan ASI eksklusif.
3. Evaluasi, dilaksanakan dengan menilai peningkatan pengetahuan, kemampuan ibu hamil sebelum dan sesudah kegiatan diskusi dan tanya jawab.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang dicapai dari pelaksanaan kegiatan program pengabdian kepada masyarakat “Penguatan *Intensi* Ibu Dalam Memberikan ASI Eksklusif Sejak Masa Kehamilan” adalah sebagai berikut:

### A. Apa itu ASI dan ASI eksklusif

ASI (Air Susu Ibu) adalah air susu yang dihasilkan oleh ibu dan mengandung semua zat gizi yang diperlukan oleh bayi untuk kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan bayi. Sedangkan ASI eksklusif adalah Bayi hanya diberi ASI saja, tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, air jeruk, madu, air teh, air putih dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi dan tim, selama 6 bulan (Fahriani, Rohsiswatmo, & Hendarto, 2016).



<https://youtu.be/kXnxU5uMJ5c>

### B. Optimalisasi Ibu Menyusui

ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja pada bayi sampai usia enam bulan tanpa tambahan cairan ataupun makanan lain. ASI dapat diberikan sampai usia dua tahun. Pemberian ASI saja pada bayi sampai sampai usia enam bulan dianjurkan dengan menetapkan inisiasmi menyusui dini (IMD) selama satu jam setelah kelahiran bayi, diberikan tanpa makanan tambahan atau minuman, ASI diberikan tidak menggunakan dot atau cangkir, mengeluarkan ASI dengan memompa atau memerah dengan tangan di saat tidak bersama bayi dan menjaga pikiran dengan tenang (Wattimena, Susanti, & Marsuyanto, 2012).

<https://youtu.be/TIC4iH8GD08>

### C. Manfaat ASI Bagi Ibu dan Bayi

Ada banyak manfaat menyusui yang bisa diperoleh oleh Ibu dan bayi. Manfaat bagi bayi yakni sebagai nutrisi lengkap, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan kecerdasan mental dan emosional yang stabil serta spiritual yang matang diikuti perkembangan sosial yang baik. dan mudah dicerna dan diserap. Manfaat bagi ibu diantara lain: terjalin kasih sayang, membantu menunda kehamilan (KB alami), mempercepat pemulihan kesehatan, mengurangi risiko perdarahan dan kanker payudara dan lebih ekonomis dan hemat (Fikawati & Syafiq, 2011; Hersoni, 2019; Kemenkes RI, 2013).



<https://youtu.be/4nr35AFc6II>

#### D. Tehnik Menyusui yang Benar

Teknik Menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar. Cara menyusui sangat mempengaruhi kenyamanan bayi saat menghisap ASI. Bidan atau perawat perlu memberikan bimbingan pada ibu dalam minggu pertama setelah persalinan (nifas) tentang cara - cara menyusui yang benar (Nisa & Airlangga, 2022; Nisa et al., 2021).



Ada banyak manfaat menyusui yang bisa diperoleh oleh Ibu dan bayi. Manfaat bagi bayi yakni sebagai nutrisi lengkap, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan kecerdasan mental dan emosional yang stabil serta spiritual yang matang diikuti perkembangan sosial yang baik. dan mudah dicerna dan diserap.

Manfaat bagi ibu diantara lain: terjalin kasih sayang, membantu menunda kehamilan (KB alami), mempercepat pemulihan kesehatan, mengurangi risiko perdarahan dan kanker payudara dan lebih ekonomis dan hemat.

#### KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan tema “Penguatan Intensi Ibu Dalam Memberikan ASI Eksklusif Sejak Masa Kehamilan” di Kelurahan Wonokromo Surabaya bertujuan untuk memberikan edukasi kepada ibu menyusui agar tetap memberikan ASI eksklusif melalui media e-konseling. Kesimpulan dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat adalah masih banyak ibu menyusui di sekitar Wilayah Kota Surabaya yang belum optimal dalam memiliki kepercayaan diri menyusui bayinya.

*Intensi* ibu akan meningkat seiring dengan keyakinan ibu untuk mengimplementasikan informasi tentang hal-hal yang berhubungan dengan menyusui. Budaya di masyarakat maupun mitos yang kurang mendukung akan mudah ditepis jika informasi-informasi tentang menyusui cukup dipahami. Hal ini tentu akan meningkatkan keyakinan ibu untuk memberikan ASI eksklusif sehingga program pemberian ASI eksklusif sampai bayi berusia 6 bulan bisa tercapai. Diharapkan ibu menyusui dan keluarga bisa saling bekerja sama dalam mengoptimalkan kepercayaan diri dan niat ibu menyusui ASI eksklusif.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terima kasih kepada pihak Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya yang telah mendukung kegiatan ini dengan memfasilitasi pendanaan secara penuh.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Butte, N., Lopez-Alarcon, M., & Garza, C. (2002). Nutrient adequacy of exclusive breastfeeding for the term infant during the first six months of life. *World Health Organization*, 47. [https://doi.org/ISBN 92 4 156211 0](https://doi.org/ISBN%204%20156211%200)
- [2] Chipojola, R., Chiu, H.-Y., Huda, M. H., Lin, Y.-M., & Kuo, S.-Y. (2020). Effectiveness of theory-based educational interventions on breastfeeding self-efficacy and exclusive breastfeeding: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 103675. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103675>
- [3] Fahriani, R., Rohsiswatmo, R., & Hendarto, A. (2016). Faktor yang Memengaruhi Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi Cukup Bulan yang Dilakukan Inisiasi Menyusu Dini (IMD). *Sari Pediatri*, 15(6), 394. <https://doi.org/10.14238/sp15.6.2014.394-402>
- [4] Fikawati, S., & Syaifiq, A. (2011). Study on Policy and Implementation of Exclusive and Early Initiation of Breastfeeding in Indonesia. *Makara Journal of Health Research*, 14(1). <https://doi.org/10.7454/msk.v14i1.642>
- [5] Hersoni, S. (2019). PENGARUH PEMBERIAN AIR SUSU IBU (ASI) EKSLUSIF TERHADAP KEJADIAN INFEKSI SALURAN PERNAFASAN AKUT (ISPA) PADA BAYI USIA 6-12 BULAN DI RAB RSU dr. SOEKARJDO KOTA TASIKMALAYA. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan Dan Farmasi*, 19(1), 56–64. <https://doi.org/10.36465/jkbth.v19i1.450>
- [6] Kemenkes, R. (2021). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020. In *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020* (pp. 1–480). <https://doi.org/10.1524/itit.2006.48.1.6>
- [7] Kemenkes RI. (2013). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 15 Tahun 2013 Tata Cara Penyediaan Fasilitas Khusus Menyusui dan/atau Memerah Air Susu Ibu. *Peraturan Menteri Kesehatan*, 9. Retrieved from <http://www.gizikia.depkes.go.id/wp-content/uploads/downloads/2013/08/Permenkes-No.-15-th-2013-ttg-Fasilitas-Khusus-Menyusui-dan-Memerah-ASI.pdf>
- [8] Mardiana, N., Yusran, S., & Erawan, P. (2016). Peran Posyandu Dalam Meningkatkan Kesehatan Ibu Dan Anak Diwilayah Kerja Puskesmas Konda Kecamatan Konda Kabupaten Konawe Selatan Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah*, 1(4), 185135.
- [9] Nisa, F., & Airlangga, U. (2022). THE EFFECT OF SELF LEADERSHIP AND PSYCHOLOGICAL CAPITAL ON MOTHERS ' INTENTION IN GIVING EXCLUSIVE BREAST MILK. *Academy of Strategic Management Journal*, 21(1), 1–9.
- [10] Nisa, F., Damayanti, N., Suhariadi, F., Anggasari, Y., Dewi, F. E., & Arini, D. (2021). Breastfeeding based on Breastfeeding Self-efficacy and Social Support in Wonokromo Surabaya. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(January 2020), 1026–1031. <https://doi.org/https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.6381> eISSN:
- [11] Sulaeman, E. S., Murti, B., Setyawan, H., & Rinawati, S. (2017). Aplikasi Theory of Planned Behavior pada Perilaku Pemberian ASI Eksklusif: Studi Kasus. *Jurnal Kedokteran Yarsi*, 25(2), 84–100.
- [12] Wattimena, I., Susanti, N. L., & Marsuyanto, Y. (2012). Kekuatan Psikologis Ibu

- untuk Menyusui. *Kesmas: National Public Health Journal*, 7(2), 56.  
<https://doi.org/10.21109/kesmas.v7i2.63>
- [13] WHO | Breastfeeding: Only 1 in 5 countries fully implement WHO's infant formula Code. (2014). *WHO*. Retrieved from [https://www.who.int/mediacentre/news/releases/2013/world\\_breastfeeding\\_week\\_20130730/en/#.XmufenOTGVE.mendeley](https://www.who.int/mediacentre/news/releases/2013/world_breastfeeding_week_20130730/en/#.XmufenOTGVE.mendeley)