

BAB I

PENDAHULUAN

A. ANALISIS SITUASI

Air Susu Ibu (ASI) sebagai makanan terbaik bagi bayi sudah tidak diragukan lagi. Tidak ada satu makananpun yang dapat menggantikan ASI bagi bayi, karena ASI mempunyai kelebihan yang meliputi tiga aspek, yaitu aspek gizi, kekebalan, dan kejiwaan berupa jalinan kasih sayang yang penting untuk perkembangan mental dan kecerdasan anak. Zat pertahanan tubuh yang hormonal yang terkandung dalam ASI meliputi laktoferin, lisozim, imunoglobulin, dan berjuta-juta sel hidup, sehingga memberi efek perlindungan pada bayi terhadap penyakit infeksi.

Akhir-akhir ini pemerintah melalui instansi yang berwenang sedang berusaha memasyarakatkan pemberian ASI eksklusif sampai bayi berumur 4 – 6 bulan. Anjuran dan himbauan ini memang sangat berarti dalam rangka menciptakan sumber daya manusia yang sehat secara fisik, mental, dan sosial sehingga dapat mencapai produktivitas sesuai dengan potensial genetiknya.

Dewasa ini ada kecenderungan menurunnya kesediaan ibu menyusui, baik di daerah perkotaan maupun pedesaan. Beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa sebab-sebab penurunan pemberian ASI terutama disebabkan ibu bekerja sebagai wanita karier dan merasa ASI tidak cukup. Dengan bekerja berarti waktu yang seharusnya digunakan untuk menjaga dan memberikan kasih sayang kepada si anak menjadi berkurang dan sebagian waktu digunakan untuk membantu perekonomian keluarga. Keterbatasan waktu inilah kadang-kadang digunakan sebagai dalih untuk menggantikan ASI dengan susu botol.

Bagi ibu-ibu di pedesaan kesediaan pemberian ASI masih relatif tinggi, karena sebagian masyarakat desa biasanya hanya bekerja tidak jauh dari rumah atau bekerja di ladang yang tidak terikat oleh waktu. Namun demikian, karena kurangnya pengetahuan mereka tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif pada usia bayi 4 – 6 bulan menyebabkan sebagian besar dari mereka memberikan PASI (Pendamping ASI) dalam waktu yang tidak tepat dan terlalu dini. Alasan yang

mereka ungkapkan cukup sederhana, misalnya karena merasa bayi mereka tidak cukup hanya diberi ASI yang ditunjukkan dengan seringnya bayi menangis. Padahal bayi menangis bukan selalu disebabkan karena lapar, tetapi sebab-sebab lain, seperti kegerahan, kepanasan, sedang tidak enak badan, pakaian yang tidak nyaman dipakai, kena gigitan nyamuk, dan lain-lain.

Apapun alasannya yang menyebabkan ibu-ibu di perkotaan dan di pedesaan tersebut tidak memberikan ASI eksklusif adalah tindakan yang kurang sangat kurang bijaksana. Hal ini karena pemberian ASI eksklusif pada usia 4 – 6 bulan memang tindakan yang paling tepat. Selain komposisi gizi yang terkandung dalam ASI sudah mencukupi pada usia itu, juga memberikan rasa aman, tenteram, serta memperkuat ikatan batin antara ibu dan anak. Proses menyusui juga merupakan stimulasi yang penting untuk perkembangan mental, kecerdasan, dan sosial anak.

Pemberian PASI pada bayi secara dini akan berakibat fatal dalam jangka waktu pendek maupun panjang, karena sebenarnya organ-organ pencernaan bayi belum mampu mencerna PASI tersebut secara sempurna, sehingga terjadi pemaksaan kerja organ. Adanya produksi ASI yang tidak mencukupi bukan alasan untuk tidak memberikan ASI eksklusif, jika si ibu tidak ada usaha untuk meningkatkan produksi ASI-nya. Alasan bisa diterima ketika ibu sudah berusaha semaksimal mungkin, tetapi produksi ASI benar-benar tidak dapat mencukupi kebutuhan asupan gizi bayi.

Desa Salam di Kabupaten Purworejo yang jauh dari kota, sudah barang tentu masyarakatnya banyak tertinggal dengan informasi penting yang bersifat ilmiah yang berupa penyuluhan. Salah satu informasi tersebut adalah berupa penyuluhan tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi, termasuk bagaimana cara penyimpanan ASI agar dapat tetap diberikan kepada bayi meskipun ibu tidak berada di rumah, dan permasalahan yang berkaitan dengan ASI. Oleh karena itu, perlu dilakukan penyuluhan yang berkenaan dengan hal tersebut yang bertujuan agar masyarakat Desa Salam memahami pentingnya ASI eksklusif bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi serta demi kelangsungan hidup dan kesehatan bayinya.

B. IDENTIFIKASI MASALAH

ASI merupakan makanan bayi yang mengandung berbagai zat gizi yang tepat dan zat kekebalan tubuh bagi bayi. Pada usia 0 – 4 bulan (diteruskan sampai usia 6 bulan) bayi sebaiknya hanya diberi ASI (ASI eksklusif), karena produksi ASI pada periode tersebut sudah mencukupi kebutuhan bayi untuk tumbuh dan berkembang secara sehat. Pemberian PASI di bawah usia 4 – 6 bulan dapat membahayakan, karena bayi belum mampu memproduksi enzim pencernaan dengan sempurna, sehingga makanan tidak tercerna secara sempurna.

Pada kenyataannya saat ini banyak kaum ibu yang mungkin karena ketidak tahuan atau kesengajaan memberikan PASI ketika usia bayi masih di bawah 6 bulan. Alasan ketidaktahuan bisa disebabkan kurangnya informasi dari pihak yang berwenang menggalakkan pemberian ASI eksklusif karena letak desa yang mungkin jauh dari jangkauan penyuluhan.

Desa Salam di Kabupaten Purworejo merupakan salah satu contoh desa yang jauh dari perkotaan karena letaknya di bawah kaki gunung. Sebagian masyarakatnya termasuk orang yang awam pengetahuannya tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif bagi anak-anaknya. Mereka hanya mengetahui bahwa untuk tumbuh menjadi besar anak perlu diberi makanan, bukan sekedar ASI. Sebagian besar orang awam berpendapat bahwa ASI hanya minuman untuk bayi yang tidak mencukupi untuk tumbuh dengan sehat dan perlu disertai makanan pendamping, seperti pisang, bubur, dan susu formula yang lebih lengkap gizinya menurut mereka. Berdasarkan hal itu, maka sangat diperlukan campur tangan pihak luar atau para akademisi untuk mau terjun ke desa ini guna memberikan bekal tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif bagi tumbuh kembang bayi, termasuk bagaimana penyimpanan ASI yang benar ketika ibu harus pergi beberapa lama meninggalkan rumah.

C. PERUMUSAN MASALAH

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan ini :

1. Apakah kegiatan ini mampu memberikan pengetahuan tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi bagi ibu-ibu di Desa Salam, Kabupaten

Purworejo, dan menggugah kesadaran mereka untuk memberikan ASI eksklusif ketika melahirkan bayi nantinya ?

2. Apakah kegiatan ini bermanfaat bagi masyarakat di Desa Salam, Kabupaten Purworejo dalam memahami manfaat ASI bagi tumbuh kembang anak-anak mereka, termasuk memberikan pengetahuan tentang bagaimana cara penyimpanan ASI dan pemberiannya setelah disimpan secara benar ?

D. TUJUAN KEGIATAN

Kegiatan PPM ini bertujuan untuk :

1. memberikan pengetahuan tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi bagi ibu-ibu di Desa Salam, Kabupaten Purworejo, dan menggugah kesadaran mereka untuk memberikan ASI eksklusif ketika melahirkan bayi nantinya.
2. membantu pemahaman masyarakat di Desa Salam, Kabupaten Purworejo tentang manfaat ASI bagi tumbuh kembang anak-anak mereka, termasuk memberikan pengetahuan tentang bagaimana cara penyimpanan ASI dan pemberiannya setelah disimpan secara benar.

E. MANFAAT KEGIATAN

Kegiatan PPM ini diharapkan bermanfaat bagi masyarakat dalam :

1. Memberikan bekal pengetahuan tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi bagi ibu-ibu di Desa Salam, Kabupaten Purworejo, sehingga tergugah dan sadar untuk melakukan pemberian ASI eksklusif kepada anaknya bila melahirkan nantinya.
2. Menambah wawasan pengetahuan bagi masyarakat Desa Salam, Kabupaten Purworejo khususnya untuk ditularkan kepada keluarga, saudara, dan masyarakat di sekitar desa tersebut yang tidak sempat terundang pada penyuluhan kali ini, sehingga pengetahuan ini secara berkesinambungan akan dipahami oleh masyarakat dalam lingkup yang lebih luas.

F. TINJAUAN PUSTAKA

1. Air Susu Ibu (ASI)

Setiap spesies yang menyusui dilengkapi dengan sepasang atau lebih kelenjar susu yang selama kehamilan dipersiapkan agar setelah melahirkan dapat menghasilkan air susu untuk makanan bayi yang akan dilahirkan. Air susu setiap spesies berbeda sesuai dengan laju pertumbuhan & kebiasaan menyusui anaknya.

Komposisi ASI berubah menurut stadium penyusuan sesuai dengan kebutuhan bayi saat itu. ASI yang dihasilkan sampai satu minggu pertama (kolostrum) komposisinya berbeda dengan ASI yang dihasilkan sesudahnya. ASI dari ibu yang melahirkan prematur dengan cukup bulan juga berbeda komposisinya. Demikian pula komposisi ASI ketika mulai menyusui berbeda dengan pada akhir menyusui.

Volum ASI yang dihasilkan seorang ibu pada bulan pertama sekitar 600 ml sehari dan meningkat sampai 800 – 1000 ml sehari pada bulan ke-enam. Setelah 6 bulan volum ASI yang dihasilkan ibu memang berkurang dan saatnya bayi mendapatkan makanan Pendamping ASI (PASI). Menurut Direktorat Gizi Departemen Kesehatan RI dalam 100 gram ASI terkandung 1,4 g protein, 3,7 g lemak, 7,2 g karbohidrat, 30 mg kalsium, 20 mg fosfor, dan sejumlah kecil vitamin A, B, dan C (DepKes RI, 1981).

2. Manfaat ASI Bagi Bayi

Selain mengandung zat gizi dan kekebalan, ASI juga memiliki berbagai manfaat bagi perkembangan bayi, antara lain memperkuat ikatan batin sebagai dasar perkembangan emosi yang mantap dan perkembangan kepribadian yang percaya diri, perkembangan psikomotorik dan gaya kognitif yang lebih cepat dan baik (Suradi, 1995 : 2 – 3).

Pada usia 0 – 4 bulan bayi sebaiknya hanya diberi ASI (ASI eksklusif), karena produksi ASI pada periode tersebut sudah mencukupi kebutuhan bayi untuk tumbuh dan berkembang secara sehat. Pemberian makanan pada usia 0 – 4 bulan dapat membahayakan bagi bayi, karena bayi belum mampu memproduksi enzim pencernaan dengan sempurna, sehingga makanan tidak tercerna secara

sempurna. Disamping itu, pemberian makanan secara dini memiliki resiko jangka pendek, yaitu mengurangi produksi ASI, meningkatkan morbiditas dan mortalitas serta malnutrisi. Resiko jangka panjang berupa hipertensi, obesitas, alergi makanan, kebiasaan makan yang salah, & diabetes (Mayer, dkk., 1988 : 16 – 25).

Melihat besarnya manfaat ASI tersebut, maka sudah saatnya bagi kaum ibu untuk berusaha sedapat mungkin memberikan ASI minimal 0 – 4 bulan. Pemberian susu formula secara dini dapat menambah beban fungsi ginjal yang belum sempurna. Dengan pemberian ASI kebutuhan fisik, emosi, dan stimulasi bayi dapat terpenuhi.

3. Menyusui, Tugas Mulia Ibu

Dalam artian individual, bagi orangtua anak mempunyai nilai khusus yang penting, seperti harapan untuk merawat di hari tua, penerus keturunan, dan berbagai harapan yang tentunya berbeda-beda antara orangtua yang satu dengan yang lain. Dalam rangka memenuhi harapan itu, maka sudah pasti orangtua merawat & memelihara anaknya agar tumbuh & berkembang sebaik-baiknya agar menjadi orang dewasa yang sehat secara fisik, mental, maupun sosial.

Pemberian ASI adalah salah satu tindakan konkrit seorang ibu dalam rangka mencapai tujuan itu. ASI sebagai makanan terbaik bagi anak sudah tidak diragukan lagi. Selain mengandung zat kekebalan tubuh yang dapat melindungi anak dari berbagai penyakit infeksi, ASI juga merupakan makanan dengan komposisi zat gizi yang tepat, higienis, praktis, sesuai suhu anak, dan dapat meningkatkan hubungan psikologis dan kasih sayang antara ibu dan anak.

Kesadaran akan pentingnya ASI bagi anak bukan monopoli ibu, meskipun yang memiliki ASI ibu. Peranan suami dalam mendorong istri untuk tetap memberikan ASI pada anaknya sangat diperlukan. Sebagai contoh, istri yang tidak mau menyusui hanya karena takut kehilangan kecantikannya, maka tugas suami meyakinkan istri bahwa dengan menyusui kecantikan sang istri tidak akan berkurang, bahkan sebaliknya metabolisme dalam tubuh akan berjalan normal.

Secara biologis, perempuan yang telah melahirkan, menyusui atau tidak tetap saja bentuk payudaranya akan mengalami pengendoran. Hanya saja tingkat

pengendorannya berbeda antara perempuan yang satu dengan yang lain, tergantung bagaimana pemeliharannya. Posisi menyusui yang benar akan mengurangi terjadinya pengendoran payudara, atau olahraga yang dapat membantu mengencangkan otot penyangga payudara.

Bagi perempuan yang bekerja, maka untuk memenuhi kebutuhan ASI anaknya, ASI tersebut dapat ditinggalkan di rumah, karena ASI dapat disimpan selama 6 jam pada suhu kamar dan 24 jam pada suhu dingin (dalam almari es) tanpa mengalami kerusakan (Ditjen Pembinaan Kesehatan Masyarakat, 1995 : 21). Dengan memberikan ASI berarti membantu peningkatan sumber daya kualitas manusia Indonesia (Irawati, 1996 : 80). Anak yang sehat, cerdas, dan tumbuh-kembangnya normal akan mendatangkan kebahagiaan keluarga.

4. Kondisi Pemberian ASI di Indonesia

Praktik penggunaan ASI di Indonesia saat ini menunjukkan kecenderungan penurunan terutama sekali di perkotaan dengan berbagai macam alasan, seperti ibu sibuk bekerja mencari nafkah, pengaruh iklan, merasa tidak sesuai dengan pola hidup modern maupun alasan kehilangan kecantikannya (DepKes RI, 1992). Alasan apapun tidak dibenarkan sepanjang ASI ibu keluar, mengingat pentingnya ASI bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Keengganan memberikan ASI kepada anak akan merugikan bagi si anak tersebut karena anak akan mudah mengalami malnutrisi, terkena diare dan infeksi, serta penurunan status gizi dan kesehatannya, termasuk pula penurunan asupan zat-zat bergizi.

Di Indonesia 80 – 90% ibu di daerah pedesaan masih menyusui bayinya sampai 1 tahun, sedangkan di kota-kota, ASI sudah banyak diganti oleh susu formula atau susu botol (Tumbaleka, 1992 : 83). Data DHS 86 – 89 WHO menunjukkan bahwa terdapat 36% bayi di Indonesia yang mendapatkan ASI saja pada usia 0 – 4 bulan (ASI eksklusif). Penelitian yang lain (1992) menunjukkan bahwa terdapat 40,6 – 81,6% ibu menyusui anak sampai usia di bawah 18 bulan di daerah perkotaan dan 86 – 96% di daerah pedesaan (DepKes RI, 1992).

Beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan penyebab penurunan pemberian ASI di kalangan ibu yang menyusui antara lain kondisi puting

payudara tidak baik (16%), ibu bekerja (28%), pengaruh dari iklan pengganti ASI (16%), merasa ASI tidak cukup (32%), atas saran suami, keluarga atau teman (4%), merasa tidak sesuai dengan gaya hidup modern (4%). Bila kaum ibu memahami betapa pentingnya ASI bagi tumbuh kembang anaknya, maka dengan cara apapun pasti dilakukan, asal ASI yang diproduksi mencukupi kebutuhan sang anak. Bagaimanapun dengan pemberian ASI kepada anaknya berarti kaum ibu sudah memelopori sumber daya kualitas manusia Indonesia (Irawati, 1996 : 80).

BAB II

METODE KEGIATAN

Desa Salam di Kabupaten Purworejo merupakan salah satu desa yang terletak di kaki gunung yang kemungkinan besar masyarakatnya, khususnya ibu-ibu belum mengetahui informasi mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif bagi tumbuh kembang bayinya dan juga bagaimana caranya agar ASI tetap dapat diberikan meskipun ibu tidak berada di rumah, serta permasalahan yang berkaitan dengan ASI. Oleh karena itu dipandang perlu untuk mengadakan penyuluhan tentang hal tersebut, agar masyarakat Desa Salam memahami pentingnya ASI eksklusif bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi serta demi kelangsungan hidup dan kesehatan bayinya. Dalam rangka mencapai tujuan tersebut perlu dilakukan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Memberikan penyuluhan tentang pentingnya ASI eksklusif, pengaruh KB dan obat-obatan bagi ibu menyusui, asupan gizi bagi ibu menyusui, pedoman menyusui bagi ibu bekerja, dan makanan pendamping ASI bagi ibu-ibu di Desa Salam, Kabupaten Purworejo yang masing-masing disampaikan oleh kelima anggota Tim PPM.
2. Membantu pemahaman masyarakat di Desa Salam, Kabupaten Purworejo tentang manfaat ASI bagi tumbuh kembang anak-anak mereka, termasuk memberikan pengetahuan tentang bagaimana cara penyimpanan ASI dan pemberiannya setelah disimpan secara benar.
3. Memberikan kesempatan kepada peserta untuk mendalami materi penyuluhan yang diberikan melalui forum tanya jawab, sehingga permasalahan yang belum atau tidak jelas dapat diminyai kejelasannya pada session ini.

Kegiatan ini ditujukan bagi ibu-ibu di Desa Salam, Kabupaten Purworejo yang melibatkan 40 ibu, khususnya yang masih termasuk pasangan usia subur. Dengan tujuan agar penyuluhan ini benar-benar bermanfaat secara luas dan merata, maka selain ibu rumahtangga juga diundang ibu-ibu yang bekerja di suatu institusi dengan maksud agar mereka dapat menularkan kepada rekan-rekan mereka di tempat kerja yang mungkin belum tahu dan memerlukan informasi itu.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah, diskusi, dan tanya jawab tentang permasalahan yang berkaitan dengan pentingnya pemberian ASI eksklusif dan bagaimana cara penyimpanan ASI agar dapat tetap diberikan meskipun ibu tidak berada di rumah. Pada penyuluhan ini juga diberikan penjelasan tentang bagaimana perawatan payudara masa kehamilan, teknik menyusui yang baik dan benar, serta masalah-masalah yang berkaitan dengan menyusui dan solusinya. Ketiga metode diterapkan bersama-sama dalam acara penyuluhan selama sekitar setengah hari. Dalam rangka menjajagi sejauhmana materi penyuluhan telah dipahami & diserap oleh peserta, maka pada akhir kegiatan peserta diminta mengisi angket yang telah disediakan yang berisi pendapat mereka tentang manfaat penyuluhan yang diadakan dan hal-hal yang diharapkan untuk kegiatan serupa ke depan.

Keberhasilan kegiatan penyuluhan ini diukur dari penguasaan materi tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif dan permasalahannya, baik melalui metode diskusi dan tanya jawab dengan peserta. Manfaat dan harapan peserta terhadap kegiatan PPM ini dapat dilihat dari angket terbuka yang diisi oleh seluruh peserta pada akhir kegiatan.

BAB III

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL KEGIATAN

Pada tahap persiapan, tim program Pengabdian Pada Masyarakat mengadakan pertemuan anggota tim yang dilanjutkan dengan pembagian kerja. Anggota tim yang bertugas menghubungi ibu Lurah Desa Salam, Gebang, Purworejo segera menemui untuk memohon izin pengadaan penyuluhan sekaligus membicarakan waktu pelaksanaan. Pada kegiatan PPM ini sebagai sasaran adalah Desa Salam dengan Lurah Desanya bernama Bapak Sutomo dan ibu Lurah bernama Ulis Indarti Taniyati, SP.d. Anggota yang lain bertugas membuat undangan kegiatan penyuluhan sesuai waktu yang disepakati oleh seluruh komponen yang terlibat dalam pelaksanaan penyuluhan dengan nama-nama peserta sesuai daftar yang diberikan ibu Lurah tersebut.

Undangan segera disebarkan kepada ibu-ibu warga Desa Salam, Gebang, Purworejo melalui ibu Lurah dimana yang diundang diutamakan yang sekiranya dapat hadir. Menjelang dilaksanakannya penyuluhan dipersiapkan daftar hadir peserta dan penyuluh / pemakalah, penyusunan dan penggandaan angket dan ringkasan tiap makalah dan brosur-brosur penting dari Departemen Kesehatan RI yang berkaitan dengan ASI, yaitu meliputi Manfaat Air Susu Ibu, Galakkan Pemberian ASI Eksklusif, Cara Menyusui yang Baik dan Benar, Pedoman Menyusui Bagi Ibu Bekerja, Masalah dalam Menyusui, Yang Perlu Anda Ketahui tentang PASI, Gizi Ibu Menyusui, Teknik Menyusui yang Baik dan Benar, Perawatan Payudara Masa Kehamilan, Aku Siap Menyusui.

Kegiatan ini dilaksanakan di rumah ibu Lurah Desa Salam pada hari Minggu, tanggal 7 Agustus 2005 dari jam 10.00 – 16.00. Peserta penyuluhan yang hadir sebanyak 40 orang sesuai dengan undangan yang disebarkan.

Berikut ini nama-nama penyuluh beserta materi penyuluhan yang akan disampaikan.

Tabel 1. Daftar Materi Penyuluhan dan Nama Penyuluh

No.	Materi Penyuluhan	Penyuluh
1.	Pentingnya ASI Eksklusif	Das Salirawati, M.Si.
2.	Pengaruh KB dan Obat-obatan bagi Ibu Menyusui	Eddy Sulistyowati, Apt., MS.
3.	Asupan Gizi bagi Ibu Menyusui	Rr. Lis Permana Sari, M.Si.
4.	Pedoman Menyusui bagi Ibu Bekerja	Retno Arianingrum, M.Si.
5.	Makanan Pendamping ASI	Heru Pratomo, Al., M. Si

Setelah selesai satu topik ceramah, kemudian diikuti session diskusi dan tanya jawab. Diskusi dan tanya jawab sengaja dilakukan untuk setiap topik agar peserta tidak terlalu lama menunggu informasi lanjut yang diinginkan yang berkaitan dengan topik tersebut. Penyampain topik berikutnya dilakukan sama seperti itu sampai seluruh topik yang direncanakan tersampaikan kepada peserta penyuluhan.

Setelah seluruh rangkaian ceramah atau penyuluhan selesai, kemudian peserta diberi angket terbuka untuk mengetahui sejauhmana materi penyuluhan ini dirasakan bermanfaat bagi mereka dan saran / masukan mereka tentang kegiatan penyuluhan ini. Meskipun seluruh peserta tidak ada yang buta huruf, tetapi sebagian dari mereka ternyata mengembalikan angket dalam keadaan kosong tidak diisi. Alasan mereka macam-mcam, antara lain tulisannya jelek tidak terbaca (dapat dimaklumi, karena sebagian besar hanya lulusan SD), anaknya rewel, terburu-buru pulang karena ada keperluan lain, dan tidak bisa mengemukakan pendapat. Namun demikian, ditinjau dari jumlah yang mengisi sebanyak 28 peserta, berarti cukup representatif / mewakili karena lebih dari separo jumlah total peserta (40 orang). Hasil pengisian angket tersebut secara ringkas disajikan pada Tabel 2 berikut ini :

Tabel 2. Hasil Pengisian Angket Pendapat tentang Kegiatan Penyuluhan

No.	Pendapat (Kesan dan Pesan)	Jumlah	%
1.	Kegiatan ini bermanfaat	28	100
2.	Manfaat yang diperoleh mengetahui :		
	a. manfaat ASI eksklusif.	28	100
	b. obat yang perlu dikonsumsi & dihindari oleh ibu hamil dan menyusui.	12	42,9

	c. makanan yang baik untuk pertumbuhan bayi.	20	71,4
No.	Pendapat (Kesan dan Pesan)	Jumlah	%
	d. makanan yang bermanfaat memperlancar ASI.	16	57,1
	e. cara-cara menyusui yang baik.	24	85,7
	f. arti dan manfaat kolostrum bagi bayi.	9	32,1
	g. cara memberi makanan pada bayi yang benar.	16	57,1
	h. cara merawat bayi agar tidak sering sakit.	14	50
	i. akibat pemberian PASI secara dini.	20	71,4
	j. cara menyimpan ASI dan memberikannya	21	75
3.	Saran / masukan		
	a. Perlu kelanjutan kegiatan serupa.	28	100
	b. Perlu berlanjut dengan tema yang berbeda.	10	35,7
	c. Sangat baik disebarluaskan untuk perbaikan generasi yang akan datang..	8	28,6
	d. Perlu penjelasan lanjut tentang obat yang baik untuk balita dan lansia.	19	67,9
	e. Perlu dibawakan contoh obat-obatan tradisional.	13	46,4

B. PEMBAHASAN

Penyuluhan tentang Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi dan Permasalahannya Bagi Ibu-ibu di Desa Salam, Kecamatan Gebang, Kabupaten Purworejo ini terlaksana dengan baik dan lancar berkat dukungan Lurah Desa Salam, seluruh anggota tim PPM, dan antusias seluruh peserta penyuluhan. Hal ini ditunjukkan dengan tepatnya mereka hadir pada jam yang dicantumkan dalam undangan, bahkan sebelum jam 10.00 mereka sudah berbondong-bondong datang.

Kegiatan ini juga dapat terlaksana karena adanya dukungan dana DIKS FMIPA UNY yang cukup memadai dalam memberikan motivasi bagi tim untuk melaksanakan kegiatan PPM ini dengan sungguh-sungguh. Kesungguhan ini disebabkan adanya keyakinan bahwa penyuluhan ini merupakan suatu kegiatan yang bermanfaat dan dapat memberikan tambahan wawasan, terutama bagi ibu-ibu di Desa Salam, yang memang belum cukup memiliki informasi tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi dan permasalahannya, cara menyusui yang baik dan makanan gizi yang baik untuk ibu menyusui, karena sebagian dari mereka sudah banyak terpengaruh iklan di TV dan sedikit banyak terpengaruh gaya hidup modern yang menganut kepraktisan di segala hal.

Kegiatan ini dirasakan sangat bermanfaat bagi peserta, sebab selama ini mereka sangat jarang mendapat kunjungan penyuluhan dari suatu institusi Perguruan Tinggi. Hal ini sesuai dengan hasil angket bahwa seluruh peserta pengisi angket (100%) menyatakan bahwa kegiatan ini bermanfaat dan peserta jadi mengetahui manfaat ASI eksklusif.

Berdasarkan berbagai pertanyaan yang dikemukakan setiap session diskusi dibuka, ternyata sebagian besar dari peserta belum memahami pentingnya seorang bayi harus diberi hanya ASI dari 0 – 4 bulan atau diteruskan sampai 6 bulan (ASI eksklusif). Sebagian besar peserta tidak menerapkan ASI eksklusif ketika memiliki bayi karena berbagai alasan, diantaranya menganggap bayinya tidak mungkin kenyang hanya dengan ASI, ingin bayinya cepat gemuk dan besar, takut bayinya sakit. Selain itu, hampir seluruh peserta tidak tahu tentang apa yang disebut kolostrum dan manfaatnya bagi bayi, sehingga ketika dijelaskan banyak yang nampak raut wajahnya menunjukkan penyesalan karena ketika bayi mereka lahir kolostrumnya dibuang (tidak diberikan pada sang bayi) akibat ketidaktahuan manfaatnya.

Pada topik “Pengaruh KB dan Obat-obatan bagi Ibu Menyusui” yang disampaikan oleh ibu Eddy Sulistyowati, Apt., MS. Banyak pertanyaan dilontarkan dengan sangat antusias. Hal ini dapat dipahami, mengingat pengetahuan tentang obat masih sangat awam bagi mereka, sehingga saran dari 19 ibu (67,9%) menginginkan adanya penjelasan lebih lanjut tentang pengetahuan obat yang baik untuk balita dan lansia. Sebagai orang yang ahli di bidang obat-obatan, jawaban setiap pertanyaan sangat memuaskan bagi peserta.

Tidak jauh berbeda dengan topik yang lain, pada topik “Asupan Gizi bagi Ibu Menyusui” juga memperoleh banyak pertanyaan, terutama tentang makanan apa saja yang dapat merangsang perbanyak produksi ASI. Demikian juga pada topik “Pedoman Menyusui bagi Ibu Bekerja”, meskipun waktu penyampaiannya sudah agak sore, tetapi antusias peserta untuk bertanya sangat besar. Berbagai pertanyaan dijawab lengkap oleh ibu-ibu penyuluh.

Topik terakhir yang disampaikan pada acara penyuluhan kali ini adalah tentang “Makanan Pendamping ASI” yang kebetulan disampaikan oleh satu-

satunya pria dalam tim PPM ini. Namun hal ini tidak mengurangi antusias peserta tetapi sebaliknya justru acara menjadi seru karena adanya lontaran pertanyaan yang kadang-kadang membuat bapak penyuluh malu untuk menjawabnya. Sebagian pertanyaan penting yang berkaitan dengan kelima topik yang disampaikan dapat dilihat pada Lampiran 9.

Berdasarkan pengisian lembar evaluasi (angket) menunjukkan seluruh peserta pengisi angket (28 orang) menyatakan kegiatan penyuluhan ini bermanfaat, diantaranya mengetahui : manfaat ASI eksklusif bagi bayi (100%), obat yang perlu dikonsumsi dan dihindari oleh ibu hamil dan menyusui (42,9%), makanan yang baik untuk bayi (71,4%), makanan yang bermanfaat memperlancar ASI (57,1%), cara-cara menyusui yang baik (85,7%), akibat pemberian PASI secara dini (71,4%), dan cara menyimpan ASI dan memberikannya (75%). Berdasarkan manfaat yang mereka tulis ternyata menunjukkan bahwa semua materi yang disampaikan dalam kelima topik dapat diterima dengan baik oleh peserta, terbukti manfaat yang dirasakan mereka mencakup seluruh topik.

Melalui lembar evaluasi (angket) peserta juga menyampaikan saran / masukan.. Saran / masukan terbanyak adalah perlunya kelanjutan kegiatan serupa (100%). Selain itu, sebanyak 10 peserta (35,7%) menyatakan perlu adanya kelanjutan kegiatan penyuluhan dengan tema yang berbeda yang memang sangat diperlukan dan bermanfaat bagi masyarakat seperti mereka yang jarang terjamah informasi perkembangan ilmu pengetahuan melalui kegiatan yang dilakukan para penyuluh dari institusi Perguruan Tinggi. Sebagian peserta (67,9%) menyampaikan perlunya penjelasan lanjut tentang obat yang baik untuk balita dan lansia. Hal yang mengejutkan sekaligus menggembirakan adalah adanya beberapa peserta (28,6% atau 8 peserta) yang ternyata peduli dengan pentingnya penyuluhan ini disebarluaskan ke masyarakat lain untuk perbaikan generasi yang akan datang. Ungkapan saran ini menunjukkan bahwa mereka merasa tidak mampu untuk menyebarluaskan informasi dalam penyuluhan ini kepada orang lain, karena pada akhir penyuluhan sebenarnya sudah diberikan anjuran untuk menyebarluaskan informasi tentang ASI eksklusif ini.

Saran lain yang mungkin berguna untuk tema penyuluhan yang berbeda adalah perlunya dibawakan contoh obat-obatan tradisi-onal (46,4%). Pada penyuluhan ini memang tidak membawa contoh obat-obatan tradisional, karena temanya bukan itu, sedang penjelasan tentang obat tradisional semata-mata untuk memenuhi keingintahuan mereka yang disampaikan lewat pertanyaan.

Secara umum kegiatan penyuluhan ini berhasil dan tepat sasaran, karena masyarakat Desa Salam, Gebang, Purworejo ini merupakan masyarakat yang jarang terjamah oleh kegiatan PPM semacam ini. Harapan para penyuluh semoga peserta yang hadir pada kegiatan ini berkenan dengan ikhlas menularkan ilmunya kepada keluarga lain yang kebetulan tidak hadir pada penyuluhan kali ini.

BAB IV

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat yang berjudul “Penyuluhan tentang Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi dan Permasalahannya Bagi Ibu-ibu di Desa Salam, Kecamatan Gebang, Kabupaten Purworejo” ini berhasil memberikan wawasan akan pentingnya pengetahuan tentang pentingnya ASI eksklusif, pengaruh KB dan obat-obatan bagi ibu menyusui, asupan gizi bagi ibu menyusui, pedoman menyusui bagi ibu bekerja, dan makanan pendamping ASI bagi ibu-ibu di Desa Salam, Kabupaten Purworejo yang masing-masing disampaikan oleh kelima anggota Tim PPM. Kegiatan ini sangat menarik dan tepat sasaran, hal ini tercermin dari antusias mereka dalam mengikuti penyuluhan dan mengajukan pertanyaan tentang banyak hal dalam session diskusi (tanya jawab). Hal yang menggembirakan mereka menginginkan adanya kegiatan serupa ini berlanjut dengan tema yang berbeda, terutama yang berkaitan dengan informasi penting yang sangat dibutuhkan oleh mereka yang ada di desa.

B. SARAN

Kegiatan ini hanya mencakup peserta dalam jumlah kecil (40 peserta) untuk ukuran suatu Desa, sehingga diharapkan peserta berkenan membantu menyebarluaskan informasi yang disampaikan dalam kegiatan penyuluhan ini kepada tetangga dekat, keluarga, saudara, atau siapa saja yang dipandang memerlukan informasi tersebut, sehingga kemanfaatan dari penyuluhan ini secara tidak langsung dapat disebarkan pada sasaran yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI.** (1992). *Pentaloka Peningkatan Program Gizi dan Kesehatan*. Bogor : 16-17 Maret 1992.
- Direktorat Gizi Depkes RI.** (1981). *Daftar Komposisi Bahan Makanan*. Jakarta : Karya Aksara.
- Ditjen Pembinaan Kesehatan Masyarakat.** (1995). *Panduan 13 Pesan Dasar Gizi Seimbang*. Proyek Perbaikan Gizi DKI. Jakarta.
- Irawati, A dan Junadi, P.** (1996). *Pola Inisiasi ASI dan Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keterlambatan Inisiasi ASI di Indonesia*. Bogor : Gizi Indonesia.
- Mayer, E.J., dkk.** (1988). *Reduced Risk of IDDM Among Breastfed Children*. Lancet.
- Suradi, R.** (1995). *Manfaat Pemberian ASI Secara Eksklusif Bagi Proses Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta : Majalah Kedokteran Indonesia.
- Tumbaleka, W.** (1992). *Pandangan Dokter Anak Terhadap Bayi-Bayi yang Menetek*. Dalam Suharyono, dkk : *ASI, Tinjauan dari Beberapa Aspek*. Edisi kedua. Jakarta : FK – UI.