

PENYULUHAN ASI PERAH DENGAN ASI LANGSUNG BAGI ANTIBODI BAYI DAN PEMBERIAN MAKANAN PADA IBU MENYUSUI DI KELURAHAN KEMENANGAN TANI

Chandra Juita Pasaribu¹, Hilda Yani Karo-Karo²
^{1,2} Universitas Audi Indonesia

ABSTRAK

ASI perah merupakan ASI yang diambil dengan cara diperas dari payudara untuk kemudian disimpan dan nantinya diberikan pada bayi, sedangkan ASI langsung adalah ASI yang diberikan dari payudara secara langsung kepada bayi dengan cara menyusui. ASI terbukti menjadi asupan nutrisi alami yang paling baik diberikan kepada bayi karena mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan tubuh bayi. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan informasi dan edukasi pada orang tua yang memiliki bayi dalam pemberian ASI Perah dan ASI langsung dan memberikan makanan tambahan pada ibu menyusui. Proses pemerahan, penyimpanan dan menghangatkan ASI perah yang kurang tepat dapat mengurangi kualitas ASI dan manfaat ASI khususnya terhadap antibodi bayi. Kerusakan pada sistem antibodi tentu akan memudahkan masuknya zat asing seperti bakteri, virus, parasit, atau zat berbahaya lainnya ke dalam tubuh bayi sehingga bayi mudah terserang penyakit infeksi. Hasil penyuluhan ini menyimpulkan bahwa 1) Ada bayi yang diberikan ASI Perah berisiko mengalami gangguan pencernaan, bahkan ada bayi yang jika diberikan ASI Perah dari *freezer* mengalami sakit diare. 2) Upaya penanggulangan yang dapat dilakukan dengan memberikan perhatian lebih terhadap aspek yang berpengaruh terhadap pemberian ASI langsung agar kestabilan dan motivasi ibu-ibu menyusui untuk memberikan ASI terus berlanjut. 3) memberi penyuluhan sehingga dapat memberikan pemahaman yang tepat tentang pemberian ASI baik secara langsung maupun perah sehingga dapat direalisasikan secara optimal.

Kata Kunci: ASI Perah, ASI Langsung, Bayi, Antibodi

1. PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Air Susu Ibu (ASI) selain sebagai sumber nutrisi dapat memberi perlindungan kepada bayi melalui berbagai komponen zat antibodi yang dikandungnya. ASI mengandung nutrisi esensial yang cukup untuk bayi dan mampu mengatasi penyakit infeksi berupa radang telinga tengah, pneumonia, meningitis (radang selaput otak), dan infeksi saluran kemih pada bayi melalui komponen sel fagosit (pemusnah) dan imunoglobulin (antibodi). Komponen ASI lain yang juga mempunyai efek perlindungan, antara lain sitokin, laktoferin, lisozim dan musin.

ASI perah dapat disimpan beberapa jam hingga beberapa bulan. Suhu dan lama waktu penyimpanan akan memengaruhi kandungan zat gizi ASI. Suhu ideal ASI dalam freezer-20 sampai -15°C, namun pada kenyataan suhu freezer lemari pendingin yang ada di rumah belum tentu menunjukkan suhu tersebut

Penyimpanan memakai bahan plastik atau dot akan membuat komponen imunoglobulin

dan komponen lain menempel pada dinding wadah penyimpan sehingga merusak komponen tersebut. Pembekuan dapat mengurangi kemampuan aktivitas sel kekebalan, sedangkan perebusan / pemanasan dapat menurunkan efek IgA dan IgA sekretorik yang berfungsi melindungi bayi dari infeksi bakteri, virus maupun parasit.

Proses pembekuan ASI perah akan menghilangkan zat penting untuk menghalau infeksi pada bayi. Semakin lama ASI dibekukan maka dapat menghilangkan kandungan vitamin C pada ASI yang erat kaitannya dengan antibodi bayi. Sebelum ASI perah diberikan pada bayi pastikan proses mencairkan ASI dengan cara yang benar, mencairkan ASI beku ada caranya tersendiri. Hal ini penting guna mempertahankan nutrisi dan antibodi yang terkandung dalam ASI beku.

Saat ini banyak ibu bekerja memutuskan untuk tetap menyusui. Namun karena kesibukan lainnya mempersulit pemberian ASI secara langsung. Salah satu upaya yang bisa dilakukan adalah pemerahan ASI kemudian menyimpan

dalam kulkas dan menghangatkan kembali sebelum diberikan kepada bayinya.

B. Tujuan dan Manfaat

Tujuan

Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan informasi dan edukasi pada ibu menyusui dan memberikan makanan tambahan pada ibu menyusui.

Manfaat

Para ibu menyusui yang mengikuti kegiatan ini diharapkan memahami tentang pemberian ASI perah dan ASI langsung sehingga mampu memberikan manfaat pemberian ASI yang optimal bagi antibodi bayi

II. PELAKSANAAN KEGIATAN

Penyuluhan dan pemberian makanan ini merupakan salah satu kewajiban dasar, karena pengabdian kepada masyarakat salah satu wujud nyata Tri Darma Perguruan Tinggi yang harus dilaksanakan setiap semesternya.

Sebagai seorang dosen tentu terdorong keinginan untuk berbagi informasi dan pengetahuan kepada masyarakat tentang pemberian ASI perah dan ASI langsung sehingga meningkatkan pengetahuan ibu-ibu menyusui terkait pemberian ASI dan dengan demikian kesalahan atau kekeliruan dalam pemberian ASI dapat dikurangi dikalangan masyarakat.

Dalam melaksanakan kegiatan ini dosen yang bersangkutan terlebih dahulu meminta izin persetujuan kepada Kepala Lurah Kemenangan Tani Medan Tuntungan, sekaligus penyesuaian jadwal pelaksanaan kegiatan pada tanggal 17 Juni 2022, pukul 10.00 - selesai.

III. METODE

Uraian metode kegiatan yang dilakukan secara langsung pada masyarakat secara khusus kepada ibu-ibu menyusui yaitu:

1. Memberikan penyuluhan tentang pemberian ASI perah dan ASI langsung berupa ceramah dan memberi contoh cara memompa ASI yang benar
2. Ibu-ibu menanggapi materi yang diberikan oleh dosen berupa diskusi atau tanya jawab
3. Pemberian makanan tambahan berupa makanan yang dapat membantu produksi ASI

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil kegiatan pengabdian yang telah dilakukan diperoleh hasil dengan klasifikasi sebagai berikut:

1. Ibu yang menyusui langsung 16 orang
2. Ibu yang memberikan ASI perah 6 orang
3. Peserta penyuluhan dapat memahami manfaat pemberian ASI langsung dan ASI perah bagi antibodi bayi
4. Peserta penyuluhan dapat mempraktikkan cara memompa ASI yang tepat
5. Pelaksana kegiatan telah melaksanakan salah satu Tri Darma Perguruan Tinggi

Bayi yang baru lahir secara alamiah mendapat zat kekebalan tubuh dari ibunya melalui plasenta. Namun kadar zat ini akan menurun segera setelah bayi lahir. Badan bayi sendiri baru membuat zat kekebalan cukup banyak sehingga mencapai kadar protektif pada waktu berusia sekitar 9-12 bulan (Roesli, 2017).

ASI adalah makanan paling sempurna bagi bayi. Sebagai makanan tunggal yang mengandung seluruh zat gizi yang diperlukan bayi, ASI juga mengandung zat untuk meningkatkan daya tahantubuh (antibodi) dari berbagai infeksi (Pediatrics, 2012).

Menyusui bayi mendatangkan keuntungan bagi bayi, ibu, keluarga, masyarakat, dan negara. Sebagai makanan bayi yang paling sempurna, ASI mudah dicerna dan diserap karena mengandung enzim pencernaan. ASI juga dapat mencegah terjadinya penyakit infeksi karena mengandung zat penangkal penyakit yakni immunoglobulin. ASI bersifat praktis, mudah diberikan kepada bayi, murah, serta bersih (Prasetyo, 2017).

Sistem antibody non spesifik pada ASI terdiri dari *Laktobacillus bifidus* berfungsi menghambat pertumbuhan mikroorganisme seperti *E. Coli* yang sering menyebabkan diare pada bayi, shigela dan jamur. Laktoferin Laktoserin untuk menghambat pertumbuhan kuman *stafylokokus* dan *E.coli* dan menghambat pertumbuhan jamur kandida. Lisozim dapat menghancurkan dinding sel bakteri pada selaput lendir saluran cerna. Komplemen C-3 dan C4 sebagai penghancur bakteri. Sitokin dan neutrofil, faktor antistreptokokkus untuk melindungi bayi terhadap infeksi kuman tersebut. Peroksidase dapat menghancurkan kuman pathogen (Munasir dan Murniati, 2010).

ASI perah yang tidak disimpan dengan benar dapat terkontaminasi bakteri, virus, atau bahkan parasit yang bisa membuat bayi

sakit. Selain itu, ASI tersebut bisa “gagal” memenuhi kebutuhan nutrisi yang sangat dibutuhkan bayi dalam proses tumbuh kembangnya.

Manfaat lain dari ASI adalah meningkatkan daya tahan tubuh karena mengandung berbagai zat anti-kekebalan sehingga akan lebih jarang sakit. ASI juga akan mengurangi terjadinya mencret, sakit telinga, dan infeksi saluran pernafasan

V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan di kelurahan Kemenangan Tani dapat disimpulkan bahwa dari 22 ibu menyusui diperoleh bahwa 16 ibu menyusui langsung dan 6 ibu memberi ASI perah pada bayinya. Antusias masyarakat terhadap kegiatan penyuluhan gizi balita sangat baik disertai dengan kesediaan orang tua menerima makanan untuk menambah produksi ASI yang telah disediakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Danuatmdaja., 2009. 40 Hari Pasca Persalinan. Jakarta: Puspa Swara
<https://www.dictio.id/t/apakah-pengaruh-air-susu-ibu-dengan-sistem-kekebalan-tubuh-anak/12008> pada tanggal 1/2September 2017
<http://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/penyimpanan-asi-perah> pada tanggal 22 April 2014
- GC Siahaya., 2017. 2-Trik: Tunas- Tunas Riset Kesehatan. Jurnal Elektorik
- Khamzah, Siti Nur. 2012. Segudang Keajaiban ASIP yang Harus Anda Ketahui. Yogyakarta: Flashbooks.
- Maryunani, Anik. 2012. Inisiasi Menyusu Dini, ASI Eksklusif Dan Manajemen Laktasi. Jakarta : CV. Trans Info Media
- Munasir, Murniati., 2010. Manajemen Laktasi. Jakarta: Perinasia
- N Wahyudi, A Amir, E Yantri., 2018. Jurnal Kesehatan Andalas
- Puspito, dkk., 2013. Kandungan Gizi ASI (Air Susu Ibu) Pada Berbagai Suhu Dan Lama Penyimpanan
- Roesli, Utami., 2010. Mengenal ASI Eksklusif. Jakarta. Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara Soetjningsih. 2014. ASI : Petunjuk Untuk Tenaga Kesehatan. Jakarta. ECG