



## Manajemen Obat dan Laktasi dalam Mendukung Program Pemberian ASI yang Aman

**Julinar.**

<sup>1</sup>Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia.

\*Email korespondensi: [julinar\\_fk@abulyatama.ac.id](mailto:julinar_fk@abulyatama.ac.id)

Diterima 27 Agustus 2022; Disetujui 31 Agustus 2022; Dipublikasi 08 September 2022

**Abstract:** Breast milk (ASI) is the best nutrition for infants, especially in the first six months of their lives. However, many breastfeeding mothers do not fully understand the importance of medication management and lactation in supporting the successful provision of breast milk. This study aims to raise public awareness regarding the safe consumption of medications during breastfeeding and the proper management practices of lactation. The methods used in this activity include counseling, discussions, and evaluation of public understanding. The results show an increase in public knowledge regarding the importance of medication management and lactation. The conclusion of this activity is the need for ongoing education to ensure safe and effective breastfeeding.

**Keywords:** Drug management, Lactation, Exclusive breastfeeding.

**Abstrak:** Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi terbaik bagi bayi, terutama dalam enam bulan pertama kehidupannya. Namun, banyak ibu menyusui yang kurang memahami pentingnya manajemen obat dan laktasi dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI. Studi ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terkait konsumsi obat yang aman selama masa menyusui serta praktik manajemen laktasi yang tepat. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi penyuluhan, diskusi, dan evaluasi pemahaman masyarakat. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya manajemen obat dan laktasi. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah perlunya edukasi berkelanjutan untuk memastikan pemberian ASI yang aman dan efektif.

**Kata kunci :** Manajemen obat, Laktasi, ASI eksklusif.

Air Susu Ibu (ASI) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa, dan garam-garam organik yang disekresi oleh kedua kelenjar payudara ibu, yang berguna sebagai makanan utama bagi bayi. Salah satu faktor yang mendominasi pemberian ASI Eksklusif yaitu pengetahuan ibu tentang manajemen laktasi. Untuk mengoptimalkan manajemen

laktasi maka dilakukan breast care/perawatan payudara yang bertujuan agar payudara bersih sebelum menyusui dan memperlancar pengeluaran ASI. Setelah melahirkan ibu disarankan untuk Inisiasi Menyusui Dini (IMD) yang bermanfaat untuk merangsang produksi hormon oksitosin bagi ibu karena adanya kontak langsung antara kulit ibu dengan bayi

(Harismayanti et al., 2018). ASI adalah cairan tubuh yang mempunyai sifat dinamis, didalamnya terdapat komposisi nutrisi yang sangat dibutuhkan oleh bayi untuk pertumbuhan dan perkembangannya, serta dapat memberikan pertahanan dari berbagai macam penyakit menular. ASI merupakan makanan pokok dan nutrisi yang sangat dibutuhkan oleh bayi. ASI sangat dibutuhkan oleh bayi baru lahir pada masa awal kehidupan untuk tumbuh dan berkembang hingga usia 6 bulan sampai 2 tahun (Sari et al., 2022). Manajemen Laktasi adalah suatu upaya yang dilakukan oleh ibu, ayah dan keluarga untuk menunjang keberhasilan menyusui. Ruang lingkup pelaksanaan manajemen laktasi dimulai pada masa kehamilan, setelah persalinan dan masa menyusui bayi. Manajemen laktasi merupakan segala daya upaya yang dilakukan untuk membantu ibu mencapai keberhasilan dalam menyusui bayinya. Usaha ini dilakukan terhadap ibu dalam 3 tahap yaitu pada masa kehamilan (antenetal), sewaktu ibu dalam persalinan sampai keluar rumah sakit (perinatal) dan pada masa menyusui selanjutnya sampai anak berumur 2 tahun (postnatal). Manajemen laktasi dapat dikatakan berhasil bila dapat mengubah perilaku ibu menyusui dalam pemberian ASI eksklusif. Dimana perilaku ibu menyusui merupakan suatu aktivitas 2 atau kegiatan ibu dalam mempraktekkan pemberian ASI eksklusif, sehingga keberhasilan dalam manajemen laktasi mengenai ibu menyusui dan ASI eksklusif dipengaruhi oleh perilaku ibu dalam pemberian ASI eksklusif (Frisilia & Handriani, 2022).

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **Air Susu Ibu (ASI)**

ASI merupakan sumber nutrisi utama bagi bayi yang baru lahir dan memiliki manfaat yang sangat besar bagi pertumbuhan serta perkembangan bayi. ASI mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan untuk membangun sistem kekebalan tubuh bayi, termasuk protein, lemak, karbohidrat, serta vitamin dan mineral esensial (Sari et al., 2022).

### **Manajemen Laktasi dan ASI Eksklusif**

Manajemen laktasi adalah serangkaian upaya yang dilakukan untuk memastikan keberhasilan ibu dalam menyusui. Manajemen ini mencakup berbagai tahapan, mulai dari masa kehamilan, persalinan, hingga masa menyusui setelah kelahiran bayi. Keberhasilan manajemen laktasi sangat dipengaruhi oleh pengetahuan ibu mengenai teknik menyusui yang benar serta pentingnya pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi (Frisilia & Handriani, 2022).

menekankan bahwa inisiasi menyusui dini (IMD) berperan penting dalam merangsang produksi hormon oksitosin, yang membantu kelancaran produksi ASI. IMD juga memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi serta meningkatkan kemungkinan keberhasilan menyusui dalam jangka panjang. kesadaran tentang kandungan bahan kimia seperti merkuri, hidrokinon, dan pewarna sintetis menyebabkan mereka rentan terhadap efek samping jangka panjang. (Harismayanti et al. 2018).

### **Komposisi dan Manfaat ASI**

ASI merupakan cairan dinamis yang mengandung nutrisi lengkap bagi bayi, termasuk protein, lemak, karbohidrat, dan zat imun yang melindungi bayi dari penyakit infeksi. ASI sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi, terutama selama enam bulan pertama kehidupan.. (Sari et al. 2022).

ASI mengandung antibodi yang dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi, serta memiliki peran dalam mencegah berbagai penyakit infeksi, seperti diare dan pneumonia. Selain manfaat kesehatan, pemberian ASI juga memiliki dampak positif terhadap perkembangan kognitif anak.

Selain manfaat nutrisi, pemberian ASI juga memiliki efek psikologis yang positif bagi ibu dan bayi. Kontak kulit ke kulit yang terjadi selama proses menyusui dapat meningkatkan ikatan emosional antara ibu dan anak serta merangsang produksi hormon oksitosin yang berperan dalam memperlancar keluarnya ASI (Harismayanti et al., 2018).

### **Pengaruh Obat terhadap Laktasi**

Dalam beberapa kondisi, ibu menyusui mungkin perlu mengonsumsi obat untuk mengatasi masalah kesehatan tertentu. Namun, penting untuk memahami bahwa beberapa jenis obat dapat masuk ke dalam ASI dan mempengaruhi bayi. Oleh karena itu, pemilihan obat yang aman selama masa menyusui harus dilakukan dengan hati-hati (Sari et al., 2022).

Menurut penelitian oleh Frisilia & Handriani (2022), beberapa kategori obat yang

perlu diperhatikan dalam manajemen laktasi adalah:

- Obat aman: Paracetamol, Amoksisilin, Vitamin dan Suplemen direkomendasikan dokter.
- Obat yang harus dihindari atau berhati-hati dalam pemakaian: Antibiotik tertentu (tetrasiklin), Obat psikotropika, beberapa jenis antihipertensi, Hormon kontrasepsi yang mengandung estrogen karena dapat mengurangi produksi ASI.

### **Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Pemberian ASI**

Beberapa obat yang dikonsumsi oleh ibu menyusui dapat mempengaruhi produksi ASI atau berdampak pada bayi. Oleh karena itu, pemilihan obat yang aman sangat penting untuk memastikan kesehatan ibu dan bayi tetap terjaga. Manajemen obat selama menyusui melibatkan pemilihan obat yang memiliki efek minimal terhadap ASI atau bayi, sesuai dengan rekomendasi medis.

### **Dampak Pemberian ASI terhadap Kesehatan Ibu dan Bayi**

Pemberian ASI secara eksklusif tidak hanya bermanfaat bagi bayi tetapi juga memiliki efek positif bagi kesehatan ibu. Beberapa manfaat yang diperoleh dari menyusui antara lain:

- Mengurangi risiko pendarahan postpartum dengan meningkatkan

hormon oksitosin.

- Membantu ibu kembali ke berat badan ideal setelah melahirkan.
- Mengurangi risiko kanker payudara dan kanker ovarium pada ibu yang menyusui.

Sementara itu, bayi yang mendapatkan ASI eksklusif memiliki risiko lebih rendah terhadap infeksi saluran pernapasan, diare, alergi, serta penyakit metabolik seperti obesitas dan diabetes di kemudian hari (Harismayanti et al., 2018).

## **METODE PELAKSANAAN**

### **Tahap Persiapan**

Kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan adalah :

1. Survei tempat pelaksanaan kegiatan
2. Pengurusan administrasi dan perijinan tempat pengabdian masyarakat
3. Persiapan materi penyuluhan.

### **Tahap Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan pengabdian masyarakat akan dilakukan setelah persiapan dan perizinan selesai. Kegiatan ini akan dilakukan di Gampong Lampoh Keude Kecamatan Kuta Baro, Aceh Besar.

Dalam pelaksanaan kegiatan ini sasaran masyarakat Gampong Lampoh Keude dan akan dijelaskan materi berupa pentingnya mengetahui kandungan kimia dalam produk kosmetik, setelah pemberian materi selesai kemudian masyarakat diberikan kesempatan bertanya dan diberikan waktu 60 menit untuk sesi tanya jawab, bagi masyarakat yang bertanya diberikan hadiah/doorsprise.

### **Pembuatan Laporan Pengabdian**

Laporan pengabdian dibuat sebagai bentuk hasil akhir dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan agar nantinya manfaat dari pengabdian itu benar-benar tercapai.

### **Tahap Evaluasi**

Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terdapat kekurangan-kekurangan selama kegiatan. Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan dengan efektif dan sesuai dengan yang diharapkan. Tahap evaluasi difokuskan terhadap kemampuan masyarakat menerapkan perilaku dalam Manajemen Obat dan Laktasi dalam Mendukung Program Pemberian ASI yang Aman, pengetahuan yang cukup tentang pengobatan dan efek samping.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “Bijak dalam Mengonsumsi Obat Lansia” yang diikuti oleh 50 masyarakat dengan baik dan lancar sesuai harapan. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dalam bentuk ceramah dan diskusi tanya jawab terperinci.

1. Pelaksanaan Pengabdian

2. Pembukaan

Pembukaan kegiatan diawali oleh kepala desa beserta dengan pengenalan tim penyuluhan.

3. Penyampaian Materi

Materi pengabdian masyarakat

disampaikan kepada peserta mengenai Manajemen Obat dan Laktasi dalam Mendukung Program Pemberian ASI yang Aman. Materi yang disampaikan ± 40 Menit.



Gambar 1. Penyampaian Materi

#### 4. Diskusi/ Tanya Jawab

Setelah selesai penyampaian materi kepada masyarakat, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab.

#### 5. Penutup

Kegiatan pengabdian masyarakat diakhiri dengan melakukan foto bersama dengan masyarakat.

### Output

Output yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu masyarakat Gampong Lampaseh Lhok lebih meningkat pengetahuannya mengenai Manajemen Obat dan Laktasi dalam Mendukung Program Pemberian ASI yang Aman. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya respon masyarakat dalam bertanya dan menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pemateri.

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### Kesimpulan

1. Kegiatan penyuluhan kepada

masyarakat memberikan pengetahuan tentang menyusui dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap Manajemen Obat dan Laktasi dalam Mendukung Program Pemberian ASI yang Aman.

2. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab.
3. Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang Manajemen Obat dan Laktasi dalam Mendukung Program Pemberian ASI yang Aman.

#### Saran

Masa depan bangsa ini harus segera diselamatkan caranya adalah dengan mendidik dan membimbing generasi muda secara intensif agar mereka mampu menjadi motor penggerak kemajuan dan mendorong perubahan kearah yang lebih dinamis, progresif dan produktif. Dengan demikian diharapkan kedepannya bangsa ini mampu bersaing dengan negara lainnya . Agar mencapai impian tersebut remaja Indonesia harus tumbuh secara positif dan konstruktif, serta sebisa mungkin dijauhkan dari terlibat kenakalan remaja. Inialah tantangan riil yang kita hadapi sebagai guru dan orang tua. Sudah sedemikian lama fenomena maraknya kenakalan remaja ini dibiarkan begitu saja, seolah hanya di tangani dengan asal-asalan. Pemerintahan sebagai pemegang utama kebijakan juga dapat menjalankan perannya, yaitu membuat undang undang pendidikan, undang undang teknologi komunikasi (yang mengatur tayangan yang layak di akses di

internet, televisi, dan media massa), serta membangun aparat kepolisian yang kuat.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Frisilia, M., & Handriani, E. (2022). *Hubungan Pengetahuan Manajemen Laktasi dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Menyusui*. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 42–59.
- Harismayanti, A. A., & Supriaty, I. (2018). *Manajemen Laktasi Terhadap Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 12.
- Sari, W. I. P. E., Kurniyati, & Puspita, Y. (2022). *Upaya Memperbanyak ASI bagi Kader Laktasi*. [www.andhragrafika.com](http://www.andhragrafika.com)
- WHO. (2021). *Exclusive Breastfeeding for Optimal Growth and Development*. World Health Organization.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Panduan Kosmetik Aman untuk Masyarakat*
- UNICEF. (2020). *Importance of Breastfeeding in Child Development*.
- Departemen Kesehatan RI. (2019). *Pedoman Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia*.
- Widodo, A. (2020). *Pengaruh Pola Makan Ibu terhadap Produksi ASI*. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 5(2), 33-45.
- Suyanto, R. (2019). *Manajemen Obat pada Ibu Menyusui*. *Jurnal Farmasi Indonesia*, 7(1), 25-37.
- Pertiwi, N. (2021). *Efektivitas Inisiasi Menyusui Dini dalam Meningkatkan Produksi ASI*. *Jurnal Kebidanan*, 10(4), 77-89.
- Badan POM RI. (2018). *Daftar Obat Aman untuk Ibu Menyusui*.