

## **SOSIALISASI KANDUNGAN PROTEIN PADA ASI DAN SUSU FORMULA UNTUK BAYI USIA 0-6 BULAN**

**Zuhairiah<sup>1</sup>, Vivi Purwandari<sup>2</sup>, Artha Yuliana Sianipar<sup>3</sup>**  
<sup>1,2,3</sup>Prodi D-III Anafarma, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Indonesia  
Email: [zuhairiahnasution@gmail.com](mailto:zuhairiahnasution@gmail.com)

### **Abstrak**

Susu memiliki kandungan yang sangat diperlukan oleh tubuh, seperti protein, karbohidrat, lemak, vitamin dan mineral. ASI memiliki keistimewaan di bandingkan susu lainnya antara lain kebersihannya terjamin, suhu ASI sama dengan suhu tubuh, kaya akan sari-sari makanan yang memepercepat pertumbuhan sel-sel otak dan perkembangan sistem saraf. Protein adalah salah satu zat gizi yang berperan dalam pertumbuhan, pembentukan jaringan dan organ penting serta memiliki fungsi pertahanan tubuh. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan untuk memberikan informasi dan sosialisasi kandungan protein pada ASI dan susu formula untuk usia bayi 0-6 bulan. Hasil kegiatan pelaksanaan program pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan kepada masyarakat kandungan protein pada ASI dan susu formula untuk bayi usia 0-6 bulan. Kegiatan ini dilakukan karena masih banyak masyarakat yang belum paham, selama ini para ibu yang sibuk bekerja cenderung memberikan susu formula kepada bayi dan tidak memberikan ASI. Bayi sangat membutuhkan protein pada susu. Kegiatan ini dilaksanakan agar masyarakat memahami kandungan protein pada ASI dan susu formula untuk bayi usia 0-6 bulan. Kesimpulan bahwa penyuluhan terlaksana sesuai pelaksanaan dan rencana, mendapat sambutan yang baik dari pemerintah setempat Desa Durin Tonggal, Pancur Batu, Sumatera Utara, masyarakat sekitar mendapatkan informasi serta pengetahuan dan menerapkan informasi tersebut bagi keluarga.

**Kata Kunci:** *Protein, ASI, Susu Formula*

### **Abstrack**

Milk has content that is needed by the body, such as protein, carbohydrates, fats, vitamins and minerals. Breast milk has advantages compared to other milk, including guaranteed cleanliness, the temperature of breast milk is the same as body temperature, rich in food essences that accelerate the growth of brain cells and the development of the nervous system. Protein is one of the nutrients that plays a role in growth, formation of important tissues and organs and has a defense function. The purpose of this community service activity is to provide information and socialization of protein content in breast milk and formula milk for infants aged 0-6 months. The results of the implementation of community service programs in the form of counseling the community on the protein content in breast milk and formula milk for infants aged 0-6 months. This activity is carried out because there are still many people who do not understand, so far, mothers who are busy working tend to give formula milk to babies and do not give breast milk. Babies really need protein in milk. This activity is carried out so that the public understands the protein content in breast milk and formula for infants aged 0-6 months. The conclusion that the counseling was carried out according to the implementation and plan, received a good response from the local government of Durin Tonggal Village, Pancur Batu, North Sumatra, the surrounding community received information and knowledge and applied the information to the family.

**Keywords:** *Protein, Breast Milk, Formula Milk*

## **PENDAHULUAN**

Manusia memerlukan zat gizi untuk memperoleh energi guna melakukan kegiatan fisik sehari-hari, untuk memelihara proses tubuh, dan untuk tumbuh dan berkembang khususnya bagi yang masih dalam masa pertumbuhan. Zat gizi yang dibutuhkan tersebut antara lain adalah protein dan lemak (Alkatiri, 1996). Protein adalah salah satu zat gizi yang berperan dalam pertumbuhan, pembentukan jaringan dan organ penting serta memiliki fungsi pertahanan tubuh sedangkan lemak berfungsi sebagai sumber energi, pembentukan struktur tubuh dan pelarut vitamin A, D, E, K (Kartasapoetra, 2002).

Pada awal pertumbuhan, manusia memperoleh protein dan lemak tersebut dari Air Susu (ASI). ASI memiliki keistimewaan di bandingkan susu lainnya antara lain kebersihannya terjamin, suhu ASI sama dengan suhu tubuh (Alkatiri, 1996), kaya akan sari-sari makanan yang mempercepat pertumbuhan sel-sel otak dan perkembangan sistem saraf (Proverawati, 2009) serta komposisi ASI sangat sesuai dengan pencernaan, pertumbuhan, dan perkembangan bayi. Tidak satupun minuman atau makanan yang dapat menggantikan ASI secara mutlak (Matondang, 2008).

Permasalahan saat ini yang menyebabkan tidak sedikit bayi tidak bisa disusui oleh ibunya antara lain adalah banyak ibu yang bekerja, ibu yang kurang edukasi mengenai pentingnya menyusui dan air susu tidak keluar karena ibu mengalami stres mental serta penyakit fisik sampai malnutrisi, Alternatif yang dilakukan adalah dengan memberi susu sapi pengganti ASI (Muchtadi, 2010).

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada hari Sabtu, 28 Desember 2019. Lokasi pelaksanaan kegiatan di Desa Durin Tonggal, Pancur Batu, Sumatera Utara. Tujuan dari kegiatan ini dilakukan untuk memberikan informasi dan sosialisasi kandungan protein pada ASI dan susu formula untuk bayi usia 0-6 bulan. Kegiatan ini dilaksanakan dengan metode melakukan survey lokasi bersama tim pelaksana, pertemuan dengan pimpinan di Desa Durin Tonggal, Pancur Batu, Sumatera Utara. Kegiatan ini dilakukan edukasi dengan metode ceramah, tanya jawab dengan peserta, pembagian cendramata, diakhiri dengan doa.



**Gambar 1.** Sampel Susu Formula



Keterangan :  
 Foto bersama yg memberikan ASI 1 minggu  
 Riwayat Ibu :  
 Nama : Susi  
 Usia : 25 tahun  
 Berat badan : 48 kg  
 Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga  
 Riwayat Anak :  
 Nama : Anisa Anastasya  
 Usia : 1 Minggu  
 Berat badan Anak : 2.5  
 Tinggi badan : 49 cm  
 Anak ke : 2 dari 2 bersaudara

**Gambar 2.** Ibu Yang Memberikan ASI 1 minggu



Keterangan :  
Foto bersama yg memberikan ASI 3 bulan  
Riwayat Ibu :  
Nama : Erna sari  
Usia : 28 tahun  
Berat badan : 68 kg  
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga  
Riwayat Anak :  
Nama : Hagai  
Usia : 3 bulan  
Berat badan Anak : 8 kg  
Tinggi badan : 76 cm  
Anak ke : 2 dari 2 bersaudara

**Gambar 3.** Ibu Yang Memberikan ASI 3 Bulan minggu

## **HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan sosialisasi kandungan protein pada ASI dan susu formula untuk bayi usia 0-6 bulan. dilaksanakan di Desa Durin Tonggal, Pancur Batu, Sumatera Utara. Kegiatan ini disambut baik oleh masyarakat di Desa Durin Tonggal, Pancur Batu, Sumatera Utara. Pelaksanaan kegiatan ini sangat direspon dengan sangat baik oleh masyarakat.

## **PEMBAHASAN**

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan dalam memberikan edukasi kepada masyarakat Kegiatan sosialisasi kandungan protein pada ASI dan susu formula untuk bayi usia 0-6 bulan. Kegiatan penyuluhan ini yang bertujuan memberikan pengalaman dan meningkatkan pengetahuan mengenai kandungan protein pada ASI dan susu formula untuk bayi usia 0-6 bulan. Kegiatan ini dilakukan karena masih banyak masyarakat yang belum paham, selama ini para ibu yang sibuk bekerja cenderung memberikan susu formula kepada bayi dan tidak memberikan ASI. Bayi sangat membutuhkan protein pada susu. Protein mengandung zat gizi yang berperan dalam pertumbuhan, pembentukan jaringan dan organ penting serta memiliki fungsi pertahanan tubuh sedangkan lemak berfungsi sebagai sumber energi, pembentukan struktur tubuh dan pelarut vitamin A, D, E, K. Kegiatan ini dilaksanakan agar masyarakat memahami kandungan protein pada ASI dan susu formula untuk bayi usia 0-6 bulan.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil kegiatan sosialisasi kandungan protein pada ASI dan susu formula untuk bayi usia 0-6 bulan. Maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini membawa dampak dan pengaruh yang baik terhadap pengetahuan masyarakat dalam mengetahui kandungan protein pada ASI dan susu formula bagi bayi usia 0-6 bulan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Alkatiri, S. (1996). *Penuntun hidup sehat menurut ilmu kesehatan modern*. Surabaya: Airlangga University Press. Halaman 1-3
- Kartasapoetra, G. (2002). *Korelasi Gizi, Kesehatan dan Produktivitas Kerja*. Jakarta: Rineka cipta. Halaman 491-497.
- Matondang, C. S., Munatsir, Z., & Sumadiono. (2008). *Aspek Immunologi Air Susu Ibu Buku Ajar Alergi Immunologi Anak*. Jakarta: Ikatan Dokter Anak Indonesia. Halaman 215.
- Muchtadi, D. (2010). *komponen untuk kesehatan*. Bandung: Penerbit Alfabeta. Halaman 325
- Proverawati, K. (2009). *Buku Ajar Gizi untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Penerbit Nuha Medika. Halaman 120.
- SNI. (2011). *(Standar Nasional Indonesia) Makanan dan Minuman. SNI 3141.1:2011*. Pusat Standarisasi Industri Departemen Perindustrian. Halaman 1-4.
- SNI. (2006). *(Standar Nasional Indonesia) Makanan dan Minuman. SNI 01-2970-2006*. Pusat Standarisasi Industri Departemen Perindustrian. Halaman 1-4.