

Pemberdayaan Pengajian 'Aisyiyah melalui Edukasi Kesehatan tentang ASI Eksklusif, Gizi Ibu Hamil, dan 1.000 Hari Kehidupan

Robitah Asfur¹, Nenni Setiawati²

Keywords :

Pemberdayaan Pengajian 'Aisyiyah, ASI Eksklusif, Gizi Ibu Hamil, 1.000 Hari Kehidupan, .

Correspondensi Author

Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Email: robitahasfur@umsu.ac.id

History Artikel

Received: tgl-bln-thn;

Reviewed: tgl-bln-thn

Revised: tgl-bln-thn

Accepted: tgl-bln-thn

Published: tgl-bln-thn

Abstrak. Pemberian ASI eksklusif, pemenuhan gizi ibu hamil, dan penguatan 1.000 Hari Kehidupan merupakan upaya penting dalam pencegahan stunting. Pengajian 'Aisyiyah sebagai komunitas perempuan berbasis keagamaan memiliki potensi besar dalam mendukung penyebaran edukasi kesehatan ibu dan anak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan peserta pengajian 'Aisyiyah mengenai ASI eksklusif, gizi ibu hamil, dan 1.000 Hari Kehidupan. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan melalui ceramah, diskusi interaktif, serta media edukasi berupa leaflet dan lembar balik. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti edukasi. Kegiatan ini membuktikan bahwa pengajian 'Aisyiyah merupakan media yang efektif untuk memperluas edukasi dakwah kesehatan ibu dan anak serta dapat direplikasi di masjid-masjid lain sebagai bagian dari dakwah kesehatan berkelanjutan.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

Pendahuluan

Kesehatan ibu dan anak pada 1.000 Hari Kehidupan, yang dimulai sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun, merupakan periode emas yang sangat menentukan kualitas pertumbuhan dan perkembangan anak di masa depan (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Pada periode ini, pemenuhan gizi ibu hamil dan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif menjadi dua faktor penting dalam mencegah stunting serta meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan anak.

ASI eksklusif merupakan pemberian ASI saja kepada bayi sejak lahir hingga usia enam bulan tanpa tambahan makanan atau minuman lain. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa ASI eksklusif berperan penting dalam meningkatkan daya tahan tubuh, mendukung pertumbuhan optimal,

dan menurunkan risiko berbagai penyakit pada bayi (Roesli, 2000). Namun, cakupan ASI eksklusif di Indonesia masih menghadapi berbagai kendala, antara lain rendahnya pengetahuan ibu mengenai manajemen laktasi serta kurangnya dukungan keluarga dan lingkungan (Wahyuni dkk., 2021).

Selain itu, kecukupan gizi ibu selama kehamilan merupakan faktor yang menentukan keberhasilan 1.000 Hari Kehidupan. Kekurangan gizi pada masa kehamilan dapat meningkatkan risiko gangguan pertumbuhan janin dan berkontribusi terhadap terjadinya stunting (Aghniya, 2022; Ariendha dkk., 2022). Oleh karena itu, edukasi mengenai gizi ibu hamil dan pentingnya 1.000 Hari Kehidupan, perlu dilakukan secara berkelanjutan melalui berbagai pendekatan berbasis masyarakat.

Majelis Kesehatan Pimpinan Wilayah

'Aisyiyah (PWA) Sumatera Utara sebagai organisasi otonom Muhammadiyah yang bergerak di bidang kesehatan memiliki peran strategis dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui kegiatan promotif dan preventif. Salah satu bentuk implementasinya adalah penyelenggaraan edukasi kesehatan kepada peserta pengajian 'Aisyiyah sebagai wadah pembinaan perempuan yang memiliki jangkauan luas hingga tingkat keluarga dan komunitas.

Melalui kegiatan pengajian, informasi mengenai ASI eksklusif, gizi ibu hamil, dan 1.000 Hari Kehidupan dapat disampaikan secara sistematis dengan mengintegrasikan nilai-nilai keagamaan dan kesehatan.

Berdasarkan kondisi tersebut, Majelis Kesehatan PWA Sumatera Utara melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi kesehatan tentang ASI eksklusif, gizi ibu hamil, dan 1.000 Hari Kehidupan kepada peserta pengajian 'Aisyiyah. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai pentingnya ASI eksklusif, pemenuhan gizi selama kehamilan, serta penguatan 1.000 Hari Kehidupan sebagai upaya pencegahan stunting dan peningkatan kualitas kesehatan ibu dan anak.

Metode/Material

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada hari Jum'at, tanggal 15 Mei 2026 M/28 Zulqaidah 1447 H bertempat di Masjid taqwa Ranting Saudara, Jln, Letda Sujono, Gg, Saudara Medan, Acara pengajian Cabang 'Aisyiyah Medan Tembung, dengan pendekatan partisipatif yang melibatkan 25 Ibu-Ibu pengajian 'Aisyiyah di masjid, yang terdiri atas ibu hamil, ibu menyusui, dan keluarga muda, serta didampingi oleh pengurus/takmir masjid dan tenaga kesehatan. Pelaksanaan kegiatan dibagi ke dalam lima tahapan utama sebagaimana disajikan mempunyai tahapan :

Tahap pertama adalah persiapan, meliputi koordinasi dengan pengurus/takmir masjid serta registrasi peserta jamaah. **Tahap kedua** adalah penyusunan materi edukasi mengenai ASI eksklusif, gizi ibu hamil, dan prinsip 1.000 Hari Kehidupan, disusun dalam bentuk leaflet dan lembar balik yang mudah dipahami oleh ibu-ibu 'Aisyiyah

yang masih awam.

Tahap ketiga adalah pelaksanaan penyuluhan, dilakukan melalui metode ceramah dan diskusi interaktif setelah kegiatan ibadah/pengajian rutin dimasjid, dengan memanfaatkan momentum berkumpulnya ibu-ibu pengajian 'Aisyiyah. Materi penyuluhan mencakup manfaat dan teknik pemberian ASI eksklusif, kebutuhan gizi seimbang selama kehamilan, serta tahapan dan prinsip pemenuhan gizi pada 1.000 HPK.

Tahap keempat adalah sesi tanya jawab dan konsultasi gizi secara langsung, memberikan kesempatan kepada ibu-ibu pengajian 'Aisyiyah untuk berdiskusi mengenai permasalahan yang dihadapi terkait menyusui dan pemenuhan gizi kehamilan. **Tahap kelima** adalah evaluasi kegiatan secara kualitatif, dilakukan melalui pengamatan tingkat partisipasi, antusiasme, dan keaktifan jamaah dalam sesi tanya jawab selama penyuluhan berlangsung.

Hasil Dan Pembahasan

Kegiatan yang dilaksanakan pada hari Jum'at, tanggal 15 Mei 2026 M/28 Zulqaidah 1447 H yang diikuti oleh 25 Ibu-Ibu pengajian 'Aisyiyah di masjid dengan antusiasme yang tinggi selama sesi penyuluhan maupun diskusi. Materi yang disampaikan meliputi manfaat dan teknik pemberian ASI eksklusif, kebutuhan gizi seimbang selama kehamilan, serta tahapan dan prinsip pemenuhan gizi pada 1.000 Hari Kehidupan. Selama sesi berlangsung, ibu-ibu pengajian 'Aisyiyah menunjukkan keterlibatan aktif, ditandai dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan terkait permasalahan menyusui, pola makan selama kehamilan, dan tanda-tanda gangguan tumbuh kembang anak, sebagaimana disajikan pada Tabel 1 berikut.

No	Tahapan Kegiatan	Indikator Keberhasilan
1	Persiapan dan koordinasi dengan pengurus/takmir masjid	Kesepakatan jadwal dan sasaran pengajian tercapai

2	Penyusunan materi edukasi ASI eksklusif, gizi ibu hamil, dan 1.000 HPK	Tersedia leaflet dan lembar balik edukasi
3	Penyuluhan (ceramah dan diskusi interaktif)	Ibu-ibu pengajian 'Aisyiyah aktif mengikuti sesi hingga selesai
4	Sesi tanya jawab dan konsultasi gizi	Pertanyaan ibu-ibu pengajian 'Aisyiyah terjawab tuntas
5	Evaluasi kualitatif (observasi partisipasi dan antusiasme ibu-ibu pengajian 'Aisyiyah)	Terdokumentasikan tingkat keterlibatan ibu-ibu pengajian 'Aisyiyah.

Data pada Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa pelaksanaan penyuluhan berjalan sesuai tahapan yang direncanakan, mulai dari persiapan, penyampaian materi, hingga sesi tanya jawab. Tingginya partisipasi ibu-ibu Pengajian 'Aisyiyah dalam sesi diskusi mengindikasikan adanya minat dan kebutuhan informasi yang cukup besar mengenai ASI eksklusif, gizi ibu hamil, dan 1.000 Hari Kehidupan di lingkungan masjid.

Temuan ini sejalan dengan hasil kajian yang menunjukkan bahwa edukasi berbasis komunitas secara konsisten meningkatkan pemahaman sasaran mengenai ASI eksklusif dan gizi 1.000 Hari Kehidupan (Kasanah & Galaresa, 2022; Wahyuni, dkk., 2021).

Pendekatan edukasi yang memanfaatkan momentum kegiatan pengajian sambil berdakwah di masjid terbukti efektif menjangkau ibu-ibu pengajian 'Aisyiyah yang selama ini jarang kurang mendapatkan informasi kesehatan reproduksi dan gizi secara formal. Suasana kekeluargaan dan kedekatan nilai keagamaan turut mendukung keterbukaan jamaah dalam berdiskusi mengenai permasalahan menyusui dan pemenuhan gizi kehamilan yang selama ini dianggap tabu untuk dibicarakan secara terbuka.

Dokumentasi pelaksanaan kegiatan edukasi dan diskusi interaktif bersama ibu-ibu pengajian 'Aisyiyah di masjid disajikan pada gambar berikut.



Gambar. Dokumentasi Kegiatan Edukasi Kesehatan bersama ibu-ibu pengajian 'Aisyiyah di Masjid Taqwa.

Keberhasilan kegiatan ini juga tidak terlepas dari peran aktif pengurus/takmir masjid dalam memfasilitasi ruang dan waktu pelaksanaan edukasi. Intervensi kesehatan yang melibatkan institusi sosial-keagamaan secara kolaboratif berpotensi lebih efektif dalam memperluas jangkauan edukasi kesehatan dibandingkan intervensi yang hanya berorientasi pada layanan klinis semata, sejalan dengan kerangka konseptual World Health Organization (2013) yang menempatkan lingkungan sosial sebagai determinan penting kesehatan ibu dan anak.

Kegiatan ini juga sejalan dan relevan untuk diintegrasikan dengan program Majelis Kesehatan Pimpinan Wilayah 'Aisyiyah (PWA) Sumatera Utara, yang selama ini aktif menggerakkan dakwah

kesehatan berbasis komunitas melalui jejaring Pimpinan Daerah dan Pimpinan Cabang 'Aisyiyah di berbagai wilayah, termasuk isu kesehatan ibu dan anak, gizi keluarga, serta pencegahan stunting. Sinergi antara kegiatan edukasi berbasis masjid dengan program Majelis Kesehatan PWA Sumut berpotensi memperluas jangkauan sasaran, memperkuat keberlanjutan edukasi melalui kader-kader 'Aisyiyah di tingkat akar rumput, serta menjadikan masjid sebagai simpul dakwah kesehatan yang terintegrasi dengan struktur organisasi 'Aisyiyah secara berjenjang.

Dukungan kelembagaan dari Majelis Kesehatan PWA Sumut juga membuka peluang keberlanjutan program dalam bentuk pendampingan rutin, penyediaan media edukasi yang terstandarisasi, serta pelibatan tenaga kesehatan dari amal usaha 'Aisyiyah/Muhammadiyah setempat,

Simpulan Dan Saran

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan ibu-ibu pengajian 'Aisyiyah tentang pentingnya ASI eksklusif, kebutuhan gizi ibu hamil, dan prinsip 1.000 Hari Kehidupan. Pendekatan edukasi berbasis komunitas keagamaan melalui masjid terbukti menjadi strategi yang relevan dan efektif untuk memperluas jangkauan edukasi kesehatan ibu dan anak di luar fasilitas layanan kesehatan formal.

Disarankan agar kegiatan edukasi serupa dilaksanakan secara berkala dan terintegrasi dengan program pengajian rutin masjid serta program Majelis Kesehatan PWA Sumut, disertai pendampingan lanjutan bagi jamaah, penguatan peran kader 'Aisyiyah setempat, serta kerja sama dengan tenaga kesehatan dan fasilitas layanan Kesehatan bekerjasama dengan Klinik 'A agar dampak edukasi dapat berkelanjutan.

Ucapan Terimakasih

Saya sebagai pemateri kegiatan dakwah majelis Kesehatan PWA sumut mengucapkan terima kasih kepada pengurus/takmir , bertempat di Masjid taqwa Ranting Saudara, Jln, Letda Sujono, Gg, Saudara Medan, dalam Acara pengajian

sehingga edukasi tentang ASI eksklusif, gizi ibu hamil, dan 1.000 Hari Pertama Kehidupan tidak berhenti pada satu kali kegiatan, melainkan menjadi bagian dari program dakwah kesehatan yang berkesinambungan di lingkungan ibu-ibu pengajian 'Aisyiyah dimasjid. Secara umum, kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa pemberdayaan Pengajian 'Aisyiyah dimasjid melalui edukasi kesehatan tentang ASI eksklusif, gizi ibu hamil, dan 1.000 Hari Pertama Kehidupan mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu-ibu pengajian 'Aisyiyah dalam upaya perbaikan kesehatan ibu dan anak sejak dini, sekaligus membuka peluang replikasi model dakwah kesehatan berbasis masjid di komunitas lain melalui sinergi dengan Majelis Kesehatan PWA Sumut.

Cabang 'Aisyiyah Medan Tembung serta seluruh ibu-ibu pengajian 'Aisyiyah yang telah berpartisipasi aktif atas dukungan dan kerja sama yang telah diberikan selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Referensi

- Aghniya, R. (2022). Dampak stunting terhadap perkembangan kognitif dan motorik anak stunting: Systematic literature review. *Scientia Journal*, 11(2), 178–189.
- Ariendha, D. S. R., dkk. (2022). Peningkatan pengetahuan tentang kebutuhan nutrisi pada ibu hamil. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*.
- Kasanah, A. A., & Galaresa, A. V. (2022). Penyuluhan 1.000 hari pertama kehidupan sebagai upaya pencegahan stunting pada ibu hamil. *Masyarakat Mandiri dan Berdaya*, 1(1), 38–44. <https://doi.org/10.56586/mbm.v1i1.207>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). 1000 hari pertama kehidupan sebagai periode emas tumbuh kembang anak. Kementerian Kesehatan RI.
- Roesli, U. (2000). Mengenal ASI eksklusif.

Gramedia.

Wahyuni, S., dkk. (2021). Pentingnya pemberian ASI eksklusif dan MP-ASI dalam upaya mendukung Gerakan 1.000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). *Journal of Community Engagement and Empowerment*.

World Health Organization. (2013). *Childhood stunting: Context, causes and consequences*, WHO conceptual framework. World Health Organization.