

PROGRAM PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU NIFAS TERHADAP PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DI KELURAHAN TENDA

EXCLUSIVE BREASTFEEDING AWARENESS PROGRAM FOR POSTPARTUM MOTHERS IN KELURAHAN TENDA

Marelda Vianney Lega^{1*}, Kristina Sindi Kusung¹, Lidia Alfionita¹, Maria Anila¹, Maria Alfini Mensa¹, Lidia Tolitorice¹, Lidia Faskalina Kiru¹, Maria B. T Setiawan¹, Lusiana Fianilia Riani¹, Reineldis E. Trisnawati¹

¹Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus Ruteng

Email Korespondensi: neyyeleenn@gmail.com

Abstract

This community service program aims to broaden the insight of postpartum mothers regarding the importance of exclusive breastfeeding. This event was carried out through a seminar held on April 14, 2025 in Tenda Village, involving 15 postpartum mothers as participants. The method used was face-to-face counseling using leaflets containing information on the benefits, techniques for giving, and the significance of exclusive breastfeeding during the first six months of the baby's life. The results of this activity showed an increase in understanding of postpartum mothers regarding the importance of exclusive breastfeeding after counseling. This activity is expected to be able to encourage better exclusive breastfeeding practices in the community and have a positive effect on the health of mothers and babies.

Keywords: Guidance, Postpartum Mothers, Full Breastfeeding, Brochures, Information

Abstrak

Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memperluas wawasan ibu-ibu pasca melahirkan mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif. Acara ini dilaksanakan melalui seminar yang diadakan pada tanggal 14 April 2025 di Kelurahan Tenda dengan melibatkan 15 ibu nifas sebagai peserta. Metode yang digunakan adalah penyuluhan tatap muka dengan menggunakan leaflet yang memuat informasi mengenai manfaat, teknik pemberian, dan signifikansi ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan sang bayi. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan peningkatan pemahaman ibu-ibu nifas akan pentingnya ASI eksklusif setelah penyuluhan. Kegiatan ini diharapkan mampu mendorong praktik menyusui eksklusif yang lebih baik dalam masyarakat dan memberikan efek positif bagi kesehatan ibu dan bayi.

Kata kunci: Pembinaan, Ibu Pasca Melahirkan, Pemberian ASI Penuh, Brosur, Informasi



CC Attribution-ShareAlike 4.0

Copyright © 2025 Author

Diterima: 28 Mei 2025; Disetujui: 01 Juni 2025; Terbit: 02 Juni 2025

PENDAHULUAN

Pemberian ASI eksklusif adalah hal yang krusial untuk mendukung kesehatan dan daya tahan bayi sejak mereka lahir. Namun, masih ada banyak ibu yang baru melahirkan yang belum menyadari pentingnya pemberian ASI eksklusif. Penyuluhan ini dilakukan untuk memenuhi kebutuhan akan informasi di Kelurahan Tenda dengan kolaborasi bersama tenaga medis, terutama bidan dari puskesmas. Penggunaan leaflet sebagai media untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan ibu pasca melahirkan terbukti.

Kekurangan gizi merupakan penyebab utama kematian lebih dari setengah bayi. Untuk mengatur suhu tubuh bayi dan menjamin bayi memperoleh kolostrum, pemberian ASI eksklusif selama satu jam pertama setelah melahirkan dan kontak kulit ke kulit antara ibu dan bayi sangat penting pada awal proses menyusui. Pemberian ASI eksklusif dapat mencegah masalah ini, dan sejumlah faktor, seperti norma budaya, pencapaian pendidikan, dan partisipasi tenaga kesehatan, memengaruhi hal ini (Fakhidah & Palupi, 2018). Informasi tentang makanan pendamping dapat dibagikan dengan sejumlah cara, seperti melalui pendidikan dan konseling kesehatan (Ariestantia & Utami, 2020). Angka cakupan pemberian ASI eksklusif belum mencapai target, meskipun telah ada berbagai upaya nasional dan internasional yang dilakukan untuk mempromosikan pemberian ASI eksklusif (Asnidawati & Ramdhan, 2021).

Bila bayi tidak mendapatkan ASI yang cukup, kebutuhan nutrisinya pun tidak akan seimbang. Terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan bayi akibat gizi yang tidak memadai dapat berdampak buruk pada kualitas sumber daya manusia (Bahriyah et al., 2017). Cara terbaik untuk meningkatkan mutu sumber daya manusia sejak dini adalah dengan memberikan ASI kepada bayi. ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi baru lahir karena ASI memberikan nutrisi penting yang dibutuhkan otak dan sistem saraf untuk tumbuh dan berkembang, meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit, serta menumbuhkan ikatan emosional yang kuat antara bayi dan ibunya (Wado et al., 2019). Pemberian ASI eksklusif kepada bayi yang baru lahir merupakan salah satu upaya untuk mencegah penyakit menular, malnutrisi, dan kematian pada bayi dan balita (Ibrahim & Rahayu, 2021).

Alasan yang disampaikan oleh para ibu untuk tidak memberikan ASI secara eksklusif hingga bayi berusia 6 bulan antara lain adalah kurangnya produksi ASI. Ada juga kesulitan bayi dalam mengisap, kondisi puting susu ibu yang tidak mendukung bagi ibu yang bekerja, keinginan yang dianggap modern, serta dampak iklan atau promosi susu pengganti ASI (Asnidawati & Ramdhan, 2021). Kurangnya pemahaman ibu mengenai cara memberikan ASI dengan benar dapat berakibat buruk bagi gizi anak. Tidak cukupnya pengetahuan dan pemahaman ibu tentang manfaat menyusui dan ASI menjadi alasan utama mengapa banyak ibu mudah terpengaruh untuk beralih ke susu formula (Sabriana et al., 2022). Kondisi pendek dan sangat pendek, yang dikenal sebagai stunting, merupakan status gizi yang diukur dengan indeks tinggi badan berdasarkan usia (Resti et al., 2021).

Pemberian ASI Eksklusif untuk bayi usia 0-6 bulan sangatlah krusial karena dapat mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan serta memperkuat sistem imun bayi. Salah satu faktor yang menghambat keberhasilan pemberian ASI Eksklusif adalah ibu yang bekerja (Mulyani & Astuti, 2018). Pengetahuan merupakan hasil dari pengalaman manusia. Pengetahuan ini diperoleh melalui pengalaman pribadi maupun pengalaman orang lain (Mulyani, S., & Astuti 2018). Pemberian ASI eksklusif (EBF) disarankan oleh Organisasi Kesehatan Dunia untuk dilakukan selama enam bulan pertama. Pengetahuan dan sikap positif seorang ibu memiliki peran yang sangat penting dalam praktik menyusui eksklusif. Dalam penelitian ini, kami menyajikan tinjauan sistematis dari literatur yang bertujuan untuk meneliti status pengetahuan, sikap, dan praktik para ibu terkait pemberian ASI eksklusif di kawasan Afrika Timur, agar dapat memberikan wawasan tentang langkah-langkah yang bisa diambil untuk meningkatkan angka pemberian ASI eksklusif (World Health Organization 2014).

METODE

Kegiatan ini berlangsung pada 14 April 2024 di Kelurahan Tenda dengan jumlah peserta sebanyak 15 ibu yang baru melahirkan. Metode yang diterapkan adalah pemberian penyuluhan secara langsung menggunakan leaflet sebagai media.

Kegiatan ini dilaksanakan menjalin kerja sama dengan bidan dari Puskesmas

setempat agar dapat menjangkau peserta dengan lebih efektif. Evaluasi dilaksanakan dengan cara observasi, serta direncanakan untuk ditambah dengan data pre-test dan post-test.

1. Tahap persiapan

Pada tahap ini dilakukan penyusunan rencana kegiatan dan materi edukasi. Materi mencakup

- Pengertian ASI eksklusif dan manfaat bagi ibu dan bayi
- Cara memegang atau memposisikan bayi saat menyusui
- Cara pelekatan yang benar

Materi di validasi oleh dosen pembimbing dan tenaga kesehatan profesional

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan ini dilaksanakan di Kelurahan Tenda (sesuai dengan lokasi kegiatan) selama satu hari. Kegiatan pelaksanaan meliputi:

- Penyuluhan kepada ibu nifas tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif
- Praktik langsung cara pelekatan bayi pada saat menyusui di samping oleh mahasiswa/ dosen/ tenaga kesehatan
- Sesi tanya jawab dan mendiskusikan masalah yang sering muncul saat memberikan ASI eksklusif.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan metode observasi langsung dan wawancara singkat untuk mengetahui pemahaman peserta. Aspek yang dinilai mencakup:

- Kemampuan ibu dalam memahami manfaat asi eksklusif
- Respon dan tanggapan ibu terhadap materi yang telah di berikan

4. Tahap Dokumentasi dan Pelaporan

Seluruh kegiatan didokumentasikan dalam bentuk foto. Hasil kegiatan kemudian dianalisis secara deskriptif dan dilaporkan dalam bentuk artikel ilmiah.

Penelitian ini merupakan studi literature review yang bertujuan untuk mengkaji berbagai hasil penelitian terkait konseling pentingnya asi eksklusif untuk menambah wawasan Ibu. Setelah proses identifikasi dan seleksi, artikel yang relevan dianalisis secara kualitatif dengan menekankan pada tema-tema seperti peningkatan pemahan asi eksklusif, efektivitas konseling, peran tenaga kesehatan, dan dampaknya terhadap keberhasilan asi eksklusif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan pada 14 April 2025 di Kelurahan Tenda melibatkan 15 ibu yang baru melahirkan dan menunjukkan hasil yang positif. Sebelum acara dimulai, mayoritas peserta memiliki pengetahuan yang minim mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif, yang terlihat dari banyaknya pertanyaan sederhana yang diajukan dan diskusi yang masih terbatas. Setelah penyampaian materi menggunakan leaflet dan sesi diskusi yang interaktif, ada peningkatan pemahaman yang terlihat dari keterlibatan aktif peserta dalam bagian tanya jawab, serta kemampuan mereka untuk menjelaskan kembali isi materi dengan tepat. Beberapa peserta bahkan berbagi pengalaman pribadi dan kesulitan yang dihadapi dalam menyusui, yang kemudian dibahas bersama-sama, menciptakan suasana belajar yang saling mendukung.

Peran bidan dari puskesmas sangat penting dalam meningkatkan kredibilitas materi yang disampaikan dan membangun kepercayaan dari para peserta. Penggunaan leaflet terbukti bermanfaat karena memungkinkan peserta untuk membawa pulang informasi dan mempelajarinya kembali di rumah.

Meskipun belum ada data kuantitatif berupa hasil pre-test dan post-test, perubahan dalam sikap dan pemahaman bisa diidentifikasi secara kualitatif melalui pengamatan langsung. Hal ini sejalan dengan penelitian WHO (2014) yang menunjukkan bahwa edukasi yang dilakukan secara langsung dan personal kepada ibu nifas memiliki dampak yang besar dalam meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya ASI eksklusif.

Ke depan, disarankan agar kegiatan ini dilengkapi dengan alat evaluasi terstruktur seperti kuesioner untuk lebih objektif dalam menilai perubahan pengetahuan. Selain itu, penting untuk mempertimbangkan pelaksanaan penyuluhan secara berkala serta membuat modul pelatihan berbasis komunitas agar pesan yang disampaikan lebih dekat dengan masyarakat dan berkelanjutan.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil tinjauan literatur, dapat disimpulkan bahwa konseling mengenai peningkatan pengetahuan ibu terhadap asi eksklusif yang tepat memiliki peranan yang sangat penting dalam meningkatkan keberhasilan bagi ibu saat memberikan asi. Konseling yang dilakukan sejak masa kehamilan hingga pasca persalinan terbukti efektif dalam membantu ibu memahami pentingnya pemberian asi eksklusif, untuk mengurangi risiko pembekakan payudara dan mengurangi resiko alergi pada bayi.

Konseling ini sebaiknya diberikan oleh tenaga kesehatan, khususnya bidan, dengan pendekatan yang komunikatif, edukatif, serta disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi masing-masing ibu. Dengan demikian, pemberian konseling tentang asi eksklusif yang terstruktur dan berkelanjutan adalah langkah krusial dalam mempersiapkan pengetahuan ibu terhadap keberhasilan pemberian asi eksklusif. Ini juga menjadi bagian dari upaya untuk meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan bayi. Hasil kajian ini diharapkan dapat memberikan gambaran menyeluruh tentang pentingnya konseling untuk keberhasilan ASI eksklusif

SARAN

Penyuluhan berjalan lancar dan peserta sangat antusias. Diharapkan kegiatan seperti ini dapat dilakukan secara rutin dan menyeluruh agar semakin banyak ibu memahami pentingnya pemberian asi eksklusif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariestantia, D., & Utami, P. B. (2020). Whatsapp sebagai pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang MP-ASI. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(2), 983-987.
- Asnidawati, A., & Ramdhan, S. 2021. "Hambatan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 10(1):156-162.
- Bahriyah, F., Jaelani, A. K., & Putri, M. (2017). "Hubungan Pekerjaan Ibu Terhadap Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sipayung." *Jurnal Endurance* 2(2):113.
- Fakhidah, L. N., & Palupi, F. H. (2018). Analisis factors yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. *Jurnal kebidanan*, 181-192. <https://doi.org/doi:10.35872/jurkeb.v10i02.291>.
- Ibrahim, F., & Rahayu, B. (2021). Factors Related to Exclusive Breastfeeding. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 18-24. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.497>
- La Wado, L. A., Sudargo, T., & Armawi, A. (2019). Sosio Demografi Ketahanan Pangan Keluarga Dalam Hubungannya Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 1 – 5 Tahun (Studi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bandarharjo Kelurahan Tanjung Mas, Kecamatan Semarang Utara, Kotamadya Semarang, Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Ketahanan Nasional* 25(2):178. <https://doi.org/doi:10.22146/jkn.45707>.
- Mulyani, S., & Astuti, M. 2018. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian ASI Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi." *Jurnal Ilmiah Ilmu Terapan Universitas Jambi* 2(1):49-60.
- Resti, E., Wandini, R., & Rilyani, R. (2021). Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 7(2), 274-278.

Sabriana, R., Riyandani, R., Wahyuni, R., & Akib, A. (2022). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu tentang pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 201-207. <https://doi.org/doi:10.35816/jiskh.v11i1.738>.

World Health Organization. 2014. *Comprehensive Implementation Plan on Maternal, Infant and Young Child Nutrition*.