

Penyuluhan ASI Eksklusif sebagai Intervensi Promotif dan Preventif di Komunitas

Miftahul Jannah¹, Fitria Herawati², Soendari³, Siti Waslikhah⁴, Masruroh⁵

¹Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, MJ728880@gmail.com

²Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, fitrihera17fh@gmail.com

³Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, soendari114@gmail.com

⁴Pendidikan, Profesi Bidan Universitas Ngudi Waluyo, sitiwaslikha2306@gmail.com

⁵Pendidikan, Profesi Bidan Universitas Ngudi Waluyo, masrurohazzam@gmail.com

Korespondensi Email : MJ728880@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2025-06-23

Accepted, 2023-06-28

Published, 2025-07-04

*Keywords: Education,
Exclusive Breastfeeding*

Kata Kunci: Edukasi,
ASI Eksklusif

Abstract

Breastfeeding (Exclusive Breastfeeding) is one of the most effective ways to ensure the health and survival of children. Breastfeeding will improve sensory and cognitive abilities and protect children from infectious and chronic diseases. Poor infant feeding practices can have an impact on children's growth and development. Factors causing non-exclusive breastfeeding in infants include the mother's workload, promotion of formula milk, lack of support for breastfeeding in public places, lack of realistic information on breastfeeding experiences, different perceptions of family members in breastfeeding, maternal knowledge factors, and socio-economic factors. The purpose of community service is to increase the knowledge of breastfeeding mothers about the benefits of exclusive breastfeeding. The Community Service Method will be implemented in 3 stages, namely the First Stage is to prepare by conducting a problem assessment and collaborating with partners. The Second Stage is to conduct a pre-test to explore the level of knowledge of breastfeeding mothers, provide counseling on exclusive breastfeeding using leaflet media. The Third Stage is to conduct an evaluation by providing a post-test to breastfeeding mothers. From the results of Community Service, it was found that this activity was attended by 35 breastfeeding mothers. The results showed that before the counseling, the pretest value of breastfeeding mothers' knowledge showed the lowest value of 30 and the highest was 70, while the average value was 43.71. After the counseling, the mother's knowledge value showed the lowest value of 80 and the highest was 100, while the average value was 93.43. In conclusion, there was an increase in breastfeeding mothers' knowledge about exclusive breastfeeding. It is hoped that health workers will improve health education to the community, especially pregnant, giving birth and breastfeeding mothers about the benefits of exclusive breastfeeding in

order to improve infant health and coverage of exclusive breastfeeding.

Abstrak

Menyusui (Asi Eksklusif) adalah salah satu cara paling efektif untuk memastikan kesehatan dan kelangsungan hidup anak. ASI akan meningkatkan kemampuan sensorik dan kognitif serta melindungi anak dari penyakit menular dan kronis. Praktik pemberian makanan bayi yang buruk dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Faktor penyebab tidak diberikannya ASI eksklusif pada bayi antara lain karena beban kerja ibu, promosi susu formula, kurangnya dukungan penerimaan menyusui di tempat umum, kurang informasi realistis pengalaman menyusui, persepsi anggota keluarga yang berbeda dalam pemberian ASI, faktor pengetahuan ibu, dan faktor sosial ekonomi. Tujuan pengabdian masyarakat adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu menyusui mengenai manfaat asi eksklusif. Metode Pengabdian Masyarakat akan dilaksanakan dalam 3 tahap yaitu Tahap Pertama melakukan persiapan dengan cara melakukan pengkajian permasalahan dan kerja sama dengan mitra. Tahap Kedua melakukan pretest untuk menggali tingkat pengetahuan ibu menyusui, memberikan penyuluhan mengenai asi eksklusif menggunakan media leaflet. Tahap Ketiga Melakukan evaluasi dengan cara memberikan posttest kepada ibu menyusui. Dari hasil pengabdian Masyarakat didapatkan bahwa kegiatan ini diikuti oleh 35 orang ibu menyusui. Didapatkan hasil bahwa sebelum penyuluhan, nilai pretest pengetahuan ibu menyusui menunjukkan hasil nilai terendah yaitu 30 dan tertinggi yaitu 70, sementara nilai rata-ratanya yaitu 43,71. Setelah dilakukan penyuluhan, nilai pengetahuan ibu menunjukkan hasil nilai terendah yaitu 80 dan tertinggi yaitu 100, sementara nilai rata-ratanya yaitu 93,43. Kesimpulan, terjadi peningkatan pengetahuan ibu menyusui mengenai asi eksklusif. Diharapkan tenaga kesehatan meningkatkan edukasi kesehatan kepada masyarakat, terutama ibu hamil, bersalin dan menyusui mengenai manfaat asi eksklusif guna meningkatkan kesehatan bayi dan cakupan asi eksklusif.

Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) eksklusif berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, N Pada tahun 2025 World Health Assembly (WHA) menargetkan capaian ASI eksklusif minimal 50%. UNICEF menyatakan saat ini hanya 38% ibu yang memberikan ASI eksklusif dan cakupan ASI eksklusif di Indonesia baru mencapai 55% dari target 80%. Data ini menunjukkan bahwa bayi di Indonesia masih I kurang vitamin, dan mineral). ASI eksklusif. mendapatkan ASI Kampanye tentang ASI merupakan sumber gizi sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan disesuaikan dengan kebutuhan pertumbuhan bayi selama enam bulan. ASI mengandung

dacosahexanoic (DHA) berasal dari Omega 3 dan arachidonic acid (AA) berasal dari Omega 6 yang berfungsi sangat penting untuk pertumbuhan otak anak (Rosa, 2022).

Menurut World Health Organization (WHO), bahwa menyusui (Asi Eksklusif) adalah salah satu cara paling efektif untuk memastikan kesehatan dan kelangsungan hidup anak. Menurut WHO setidaknya ada 3 dari 5 bayi baru lahir tidak mendapatkan ASI pada 1 jam pertama. Secara global pada tahun 2021 hanya ada sekitar 40% bayi baru lahir yang mendapatkan Asi Eksklusif. Kekurangan nutrisi pada anak salah satunya dapat disebabkan karena tidak diberikan ASI Eksklusif, dan kekurangan nutrisi (undernutrition) menyumbang 45% kematian anak, dan 149 juta anak di bawah 5 tahun diseluruh dunia mengalami stunting (WHO, 2024).

Seperti halnya nutrisi pada umumnya, ASI mengandung komponen makro dan mikro nutrien. Makronutrien adalah karbohidrat, protein dan lemak sedangkan mikronutrien adalah vitamin dan mineral. Setiap komponen ASI memiliki manfaatnya tersendiri untuk pertumbuhan bayi. Sekitar 88% dari ASI adalah air (Giting, 2020). Air ini berguna untuk melarutkan zat yang ada di dalamnya. ASI merupakan sumber air yang secara metabolik adalah aman, Air yang relatif tinggi dalam ASI ini akan meredakan rangsangan haus dari bayi. ASI Eksklusif untuk bayi yang diberikan ibu ternyata mempunyai peranan penting, yakni meningkatkan ketahanan tubuh bayi. karenanya bisa mencegah bayi terserang berbagai penyakit yang bisa mengancam kesehatan bayi. Selain itu manfaat ASI Eksklusif paling penting adalah bisa menunjang sekaligus membantu proses perkembangan otak dan fisik bayi. Hal tersebut dikarenakan, di usia 0 sampai 6 bulan seorang bayi tentu sama sekali belum diizinkan mengkonsumsi nutrisi apapun selain ASI. Oleh karenanya, selama enam bulan berturut-turut, ASI yang diberikan pada sang buah hati tentu saja memberikan dampak yang besar pada pertumbuhan otak dan fisik bayi selama kedepannya. Sedangkan manfaat memberikan ASI bagi ibu adalah untuk menghilangkan trauma selepas melahirkan. Selain membuat kondisi kesehatan dan mental ibu menjadi lebih stabil, ASI eksklusif juga bisa meminimalkan timbulnya resiko kanker payudara. sebab salah satu pemicu kanker payudara pada ibu menyusui ialah kurangnya pemberian ASI Eksklusif untuk bayi mereka sendiri (Hidayah et al., 2021).

Menyusui adalah metode yang umum digunakan untuk memberikan ASI sebagai suplai makanan bagi bayi dan anak-anak. ASI akan meningkatkan kemampuan sensorik dan kognitif serta melindungi anak dari penyakit menular dan kronis. Praktik pemberian makanan bayi yang buruk dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak (Camacho-Morales et al., 2021). Faktor penyebab tidak diberikannya ASI eksklusif pada bayi antara lain karena beban kerja ibu, promosi susu formula, kurangnya dukungan penerimaan menyusui di tempat umum, kurang informasi realistis pengalaman menyusui, persepsi anggota keluarga yang berbeda dalam pemberian ASI, faktor pengetahuan ibu, dan faktor sosial ekonomi (Asnidawati & Ramdhan, 2021).

Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif adalah dengan memberikan edukasi. Edukasi dapat meningkatkan pengetahuan ibu dan jenis edukasi yang paling efektif adalah edukasi yang melibatkan indra pendengaran dan indra penglihatan seperti penyuluhan yang memanfaatkan media cetak (booklet, leaflet, poster dan lembar balik), penyuluhan dengan menggunakan audio visual, penyuluhan dengan film pendek, penyuluhan dengan demonstrasi, penyuluhan dengan metode presentasi, dan penyuluhan dengan menggunakan sosial media yang dimana pada handphone memiliki berbagai fitur yang dapat dimanfaatkan untuk melakukan edukasi (Lestari, 2021)

Berdasarkan pengkajian komunitas yang dilakukan peneliti selama 3 hari di di 3 tempat yaitu RT 6 dan 9 kelurahan Sungai Parit Penajam, RW 07 Desa Banjarwangunan Cirebon dan Desa nagacipta Kabupaten Bekasi, Dari 25 ibu menyusui saat dilakukan pendataan 15 ibu menyusui mengatakan bahwa memberikan asi dicampur dengan susu formula karena produksi ASI kurang dan sebanyak 5 ibu sudah tidak memberikan ASI

dikarenakan bekerja. Hal tersebut menjadi masalah, sehingga kami menawarkan untuk edukasi mengenai asi eksklusif. Hal ini diharapkan agar masyarakat khususnya ibu menyusui menerapkan pemberian asi secara eksklusif kepada bayinya.

Metode

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di Rumah Ketua RT 6 dan 9 kelurahan Sungai Parit Penajam, RW 07 Desa Banjarwangunan Cirebon dan Desa nagacipta Kabupaten Bekasi pada tanggal 8 Mei 2025. Kegiatan pengabdian Masyarakat diikuti oleh 35 orang ibu menyusui. Pengabdian masyarakat di laksanakan dalam 3 tahap yaitu:

Tahap Pertama melakukan pengakajian permasalahan mitra, kemudian melakukan kerja sama dengan mitra untuk melakukan pengabdian masyarakat. Tahap Kedua melakukan pretest untuk menggali tingkat pengetahuan ibu menyusui, memberikan penyuluhan mengenai manfaat asi eksklusif menggunakan media leaflet. Tahap Ketiga Melakukan evaluasi dengan cara memberikan posttest kepada ibu menyusui serta membuat laporan hasil kegiatan. Sarana dan prasarana yang digunakan dalam pengabdian ini meliputi leaflet.

Hasil Dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan Komunikasi, Informasi dan Edukasi sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu menyusui dilaksanakan tanggal 8 Mei 2025 di Rumah Ketua RT.002 RW.001 Desa Sidorahayu. Kegiatan dilaksanakan dengan 3 tahapan sebagai berikut yaitu :

Tahap Persiapan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilakukan di Rumah Ketua RT 6 dan 9 kelurahan Sungai Parit Penajam, RW 07 Desa Banjarwangunan Cirebon dan Desa nagacipta Kabupaten Bekasi yang diikuti oleh 35 orang menyusui. Sebelum melakukan kegiatan penyuluhan diawali dengan melakukan perijinan terhadap mitra yaitu Ketua RT Ketua RT 6 dan 9 kelurahan Sungai Parit Penajam, RW 07 Desa Banjarwangunan Cirebon dan Desa nagacipta Kabupaten Bekasi. Hal ini sebagai bentuk lancarnya kegiatan, untuk mendapatkan dukungan dari mitra terhadap kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilakukan. Perizinan adalah salah satu bentuk pelaksanaan fungsi pengaturan dan bersifat pengendalian yang dimiliki oleh pemerintah terhadap kegiatan – kegiatan yang dilakukan oleh masyarakat (Syafrudin, 2016).

Tahap Pelaksanaan

Kegiatan Penyuluhan ini dilakukan pada tanggal 3 Mei 202, yang diikuti oleh 35 orang menyusui. Kegiatan diawali dengan pembagian kuesioner pretest mengenai asi eksklusif, materi disampaikan dengan tujuan agar dapat menambah pengetahuan pengetahuan ibu menyusui mengenai asi eksklusif. Adapun hasil dari pretest sebagai berikut :

Tabel 1 Gambaran Pengetahuan Ibu Menyusui Sebelum Dilakukan Penyuluhan

Variabel	N	Min	Max	Mean	Median	SD
Pretest	35	30	70	43,71	40	13,3

Berdasarkan tabel 1, didapatkan bahwa nilai terendah yaitu 30 dan tertingginya yaitu 70, sementara nilai rata-ratanya yaitu 43,71. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang kurang mengenai manfaat asi eksklusif.

Setelah mengisi pretest, dilakukan pembagian leaflet kepada responden. Selanjutnya penyampaian materi mengenai asi eksklusif.



Gambar 1 Penyampaian Materi

Setelah selesai penyampaian materi dibuka sesi tanya jawab, di mana peserta dapat mengajukan pertanyaan terkait asi eksklusif dan kami menjawab pertanyaan-pertanyaan mereka dengan tepat dan jelas untuk memberikan pemahaman yang lebih baik.

Tahap Evaluasi

Tahap terakhir dari kegiatan pengabdian ini adalah tahap evaluasi. Evaluasi dengan menggunakan lembar kuesioner posttest untuk mengukur sejauh mana peserta memahami materi penyuluhan asi eksklusif, selanjutnya penutup dan pesan penyuluhan, serta memberikan informasi tambahan tentang kegiatan atau program yang dapat diikuti peserta di masa depan. Adapun hasil dari posttest sebagai berikut :

Tabel 2 Gambaran Pengetahuan Ibu Menyusui Setelah Dilakukan Penyuluhan

Variabel	N	Min	Max	Mean	Median	SD
Posttest	35	80	100	93,43	90	7,25

Berdasarkan tabel 2, didapatkan bahwa nilai terendah yaitu 80 dan tertinggi yaitu 100, sementara nilai rata-ratanya yaitu 93,43. Berdasarkan hasil pretest dan posttest setelah dilakukan pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu menyusui.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Widyaningsih et al. (2019) yang menyatakan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang ASI Eksklusif setelah dilakukan pendidikan kesehatan. rerata nilai pretest pengetahuan ibu hamil tentang ASI Eksklusif sebesar 55.86 dan pada saat posttest rerata pengetahuan ibu hamil tentang ASI eksklusif meningkat menjadi 89.66. Didukung oleh Sehmawati et al. (2022) menyatakan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan kesehatan mengenai asi eksklusif yang ditandai dengan peningkatan skor pengetahuan, dari skor rata-rata 72 menjadi skor rata-rata 85. Didukung juga oleh Susanti et al. (2023) menyatakan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan keluarga dan ibu menyusui setelah diberikan penyuluhan mengenai asi eksklusif, skor rata-rata pada pretets adalah 5,5 dan setelah posttest adalah 8.

Leaflet merupakan media promosi kesehatan yang ditujukan untuk memberikan informasi kesehatan yang sesuai dengan tingkat penerimaan sasaran sehingga sasaran mau dan mampu mengubah perilaku sesuai dengan isi leaflet, termasuk mengenai pemberian ASI eksklusif (Pinem et al., 2022). Hal ini sesuai dengan Hardjito (2023) yang menyebutkan bahwa terdapat pengaruh media leaflet terhadap pengetahuan ibu sebelum dan sesudah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang ASI eksklusif. Peranan penggunaan media leaflet sangat berarti dalam proses pembelajaran, hal ini dampak media tersebut dapat membantu pemberi pesan maupun penerima pesan dalam menangkap pesan dalam belajar. Selain berperan sebagai penyalur pesan media ini dapat mewakili tugas

pemberi pesan dalam hal ini tenaga kesehatan yang memberikan pendidikan kesehatan dalam penyampaian materi pembelajaran (Taufan Asfar et al., 2020).

Pengetahuan ibu tentang ASI merupakan salah satu faktor yang penting dalam kesuksesan proses menyusui. Pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif yang merupakan hal sangat penting bagi ibu hamil sebagai upaya dalam memberikan ASI eksklusif, dimana pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menstimulasi atau merangsang terhadap terwujudnya sebuah perilaku kesehatan (Heriyanti et al., 2023).

Keterpaparan ibu pada informasi tentang manfaat ASI eksklusif, bahwa ASI menyediakan nutrisi, faktor pertumbuhan, anti infeksi, menurunkan resiko infeksi saluran nafas dan saluran cerna dan jika diberikan dalam jangka panjang akan mencegah munculnya penyakit atopi pada anak-anak menjadikan ibu menginginkan manfaat tersebut akan dijumpai pada bayinya. Informasi yang jelas dan detail dengan menggunakan media leaflet ini membangun ibu bersikap baik tentang ASI eksklusif. Bentuk optimalisasi dari media leaflet dalam penelitian ini meliputi isi pesan, desain leaflet serta waktu yang cukup dalam mempelajari media tersebut (Hardjito, 2023).

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang akuesure untuk mengurangi nyeri haid dilakukan di Rumah Ketua RT 6 dan 9 kelurahan Sungai Parit Penajam, RW 07 Desa Banjarwangunan Cirebon dan Desa nagacipta Kabupaten Bekasi yang diikuti oleh 35 orang menyusui pada tanggal 8 Mei 2025. Setelah dilakukan pengabdian masyarakat dengan metode *active learning*, terjadi peningkatan pengetahuan ibu mengenai asi eksklusif.

Diharapkan tenaga kesehatan meningkatkan edukasi kesehatan kepada masyarakat, terutama ibu hamil, bersalin dan menyusui mengenai manfaat asi eksklusif guna meningkatkan kesehatan bayi dan cakupan asi eksklusif.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih untuk Universitas Ngudi Waluyo, Dosen Universitas Ngudi Waluyo dan juga teman-teman yang sudah membantu dalam proses pengabdian komunitas ini.

Daftar Pustaka

- Asnidawati, A., & Ramdhan, S. (2021). Hambatan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 156–162. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.548>
- Camacho-Morales, A., Caba, M., García-Juárez, M., Caba-Flores, M. D., Viveros-Contreras, R., & Martínez-Valenzuela, C. (2021). Breastfeeding Contributes to Physiological Immune Programming in the Newborn. *Frontiers in Pediatrics*, 9. <https://doi.org/10.3389/fped.2021.744104>
- Hardjito, K. (2023). Optimalisasi Media Leaflet Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Asi Eksklusif. *HEALTHY: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 2(1), 83–90. <https://doi.org/10.51878/healthy.v2i1.2311>
- Heriyanti, L., Corniati, I., & Utami, K. D. (2023). Relationship between Participation in Classes for Pregnant Women and Exclusive Breastfeeding in the Working Area of UPT Puskesmas Barong Tongkok. *Formosa Journal of Science and Technology (FJST)*, 2(1), 215-228.
- Hidayah, A., Siswanto, Y., & Pertiwi, K. D. (2021). Riwayat Pemberian MP-ASI dan Sosial Ekonomi dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(1), 76–83. <https://doi.org/10.15294/jppkmi.v2i1.47526>
- Lestari, W. (2021). Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Dan Media E Booklet Terhadap Pengetahuan Pemberian Mp-Asi. *Jurnal Sains Kebidanan*, 3(2), 57–66. <https://doi.org/10.31983/jsk.v3i2.7890>

- Pinem, S. B., Sinaga, K., Surbakti, I., & Julianti, H. (2022). Effect Of Counseling Using Leaflets On Knowledge And Attitude Of Partnership Mothers About Exclusive Breastfeeding At The Pratama Frans Clinic . *INTERNATIONAL JOURNAL OF MIDWIFERY RESEARCH*, 1(3). <https://doi.org/10.47710/ijmr.v1i3.23>
- Rosa, E. F. (2022). Konseling Menyusui Berbasis Android terhadap Jurnal Kesehatan Sainika Meditory Mei 2025 Keberhasilan Asi Eksklusif di Masa Pandemi Covid-19. *G Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 659-668
- Sehmawati, Permatasari, A. S., & Dewi, R. K. (2022). Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Terhadap Pemberian ASI Eksklusif di Kelas Ibu Hamil. *Prosiding Seminar Nasional Dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo*, 1(1), 379–384.
- Susanti, V., Sari, M., Stefanie, A., & Khayati, Y. N. (2023). Pemberdayaan Keluarga dan Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif di RSUD Ratu Aji Putri Botung. *Prosiding Seminar Nasional Dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo*, 2(2), 595–602. <https://callforpaper.unw.ac.id/index.php/semnasdancfpbidanunw/article/view/530>
- Widyaningsih, A., Isfaizah, & Primarti, M. (2019). Metode Snowball Throwing Sebagai Upaya Penyadaran Masyarakat Terhadap Pentingnya ASI Eksklusif. *INDONESIAN JOURNAL OF COMMUNITY EMPOWERMENT (IJCE)*, 1(1).