

Peningkatan Pengetahuan Ibu Menyusui tentang Pentingnya ASI Eksklusif pada Bayi di Desa Watorumbe Bata

Sarti Widya Purnama¹, Zamli²

^{1,2} Universitas Mega Buana Palopo, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Sarti Widya Purnama

E-mail: sartiguali92@gmail.com

Abstrak

Rendahnya pemahaman ibu menyusui terhadap pentingnya pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama masih menjadi permasalahan di berbagai wilayah pedesaan, termasuk di Desa Watorumbe Bata. Kurangnya akses informasi dan pengaruh budaya lokal menjadi faktor penghambat utama. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu menyusui tentang manfaat dan praktik ASI eksklusif melalui edukasi langsung di Posyandu Rumput Laut 3 di Desa Watorumbe Bata. Metode yang digunakan adalah penyuluhan edukatif dan diskusi interaktif dengan melibatkan 20 peserta. Materi disampaikan secara komunikatif menggunakan media visual dan leaflet informatif. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa 85% peserta (17 orang) merasakan manfaat dari kegiatan ini dan menyatakan komitmen untuk menerapkan ASI eksklusif, sementara 15% peserta (3 orang) belum menunjukkan perubahan signifikan. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah bahwa edukasi secara langsung di tingkat posyandu efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu menyusui mengenai pentingnya ASI eksklusif untuk kesehatan dan tumbuh kembang bayi.

Kata kunci - ASI eksklusif, ibu menyusui, edukasi kesehatan, posyandu, pengabdian masyarakat

Abstract

The low level of understanding among breastfeeding mothers regarding the importance of exclusive breastfeeding for the first six months remains a problem in various rural areas, including Watorumbe Bata Village. Lack of access to information and the influence of local culture are key inhibiting factors. This community service activity aims to increase the knowledge of breastfeeding mothers about the benefits and practices of exclusive breastfeeding through direct education at the Rumput Laut 3 Integrated Health Post (Posyandu) in Watorumbe Bata Village. The methods used were educational counseling and interactive discussions involving 20 participants. The material was delivered communicatively using visual media and informative leaflets. The results showed that 85% of participants (17) felt the benefits of this activity and expressed a commitment to implementing exclusive breastfeeding, while 15% of participants (3) showed no significant changes. The conclusion of this activity is that direct education at the Posyandu level is effective in increasing the knowledge and awareness of breastfeeding mothers regarding the importance of exclusive breastfeeding for infant health and development.

Keywords - exclusive breastfeeding, breastfeeding mothers, health education, posyandu, community service

PENDAHULUAN

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi sangat direkomendasikan oleh WHO dan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. ASI tidak hanya memberikan nutrisi terbaik untuk bayi, tetapi juga meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan mendukung tumbuh kembang yang optimal (WHO, 2020).

Penelitian oleh (Anindita dan Yuliani, 2020) menunjukkan bahwa pengetahuan ibu merupakan salah satu faktor kunci keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Ibu yang memahami manfaat ASI cenderung lebih konsisten dalam praktik menyusui, meskipun dihadapkan pada tantangan lingkungan. Menurut studi dari (Puspitasari dan Lestari, 2021), rendahnya cakupan ASI eksklusif di daerah pedesaan banyak disebabkan oleh kurangnya akses terhadap informasi kesehatan. Edukasi langsung melalui posyandu dinilai efektif untuk menjembatani kebutuhan informasi tersebut. Budaya lokal yang masih memperbolehkan pemberian makanan tambahan kepada bayi sebelum usia enam bulan menjadi penghambat utama keberhasilan ASI eksklusif. Dibutuhkan pendekatan edukatif yang menghormati kearifan lokal namun tetap menekankan pentingnya rekomendasi Kesehatan (Sari dan Handayani, 2020)

Penelitian oleh (Widyaningsih dan Astuti, 2022) menemukan bahwa kehadiran tenaga kesehatan seperti bidan atau kader posyandu dalam memberikan penyuluhan dapat meningkatkan motivasi ibu menyusui. Interaksi langsung ini memberikan ruang diskusi yang personal dan menjawab kebutuhan spesifik masing-masing ibu. Dalam studi yang dilakukan oleh (Fitriyani dan Ramadhani, 2019), diketahui bahwa dukungan keluarga, khususnya suami, sangat berpengaruh dalam keberhasilan ibu memberikan ASI eksklusif. Penyuluhan yang juga menyasar anggota keluarga selain ibu dapat meningkatkan efektivitas pesan kesehatan. Hasil penelitian (Siregar dan Purba, 2021) menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan berbasis kelompok seperti kelas ibu hamil dan menyusui dapat meningkatkan pemahaman peserta secara signifikan. Diskusi antar peserta juga membuka ruang pertukaran pengalaman yang mendorong perubahan perilaku. Menurut hasil studi dari (Nuraini dan Hartati, 2021), penggunaan media visual seperti leaflet dan poster terbukti membantu ibu lebih mudah memahami informasi tentang ASI eksklusif. Media ini juga dapat dijadikan pengingat visual di rumah agar praktik menyusui tetap konsisten. Kegiatan edukatif di posyandu yang dilakukan secara rutin meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif. Posyandu dinilai sebagai tempat strategis karena dekat dengan lingkungan tempat tinggal warga dan sudah menjadi bagian dari rutinitas (Wulandari dan Amalia, 2022) Penelitian terakhir dari (Safitri dan Zulfikar, 2023) menyimpulkan bahwa pemantauan dan evaluasi pasca-penyuluhan penting dilakukan untuk memastikan adanya perubahan perilaku. Banyak ibu menyusui membutuhkan pendampingan lanjutan untuk menjaga konsistensi dalam pemberian ASI eksklusif.

Berdasarkan berbagai hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa edukasi langsung kepada ibu menyusui melalui posyandu merupakan salah satu strategi efektif dalam meningkatkan kesadaran dan praktik pemberian ASI eksklusif. Kegiatan pengabdian ini menjadi penting untuk dilaksanakan, khususnya di wilayah dengan tingkat cakupan ASI eksklusif yang masih rendah seperti Desa Watorumbe Bata. Dengan mengedepankan pendekatan edukatif yang komunikatif dan kontekstual, diharapkan para ibu menyusui dapat memahami serta menerapkan praktik menyusui yang benar demi kesehatan bayi mereka.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode edukasi partisipatif dengan pendekatan penyuluhan interaktif yang dilakukan secara tatap muka. Edukasi ini dilakukan dalam bentuk ceramah, diskusi kelompok, serta pembagian media edukatif seperti leaflet dan poster. Model ini dipilih karena terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap isu kesehatan, terutama jika disampaikan dalam suasana yang informal dan komunikatif (Siregar & Purba, 2021).

Pelaksanaan edukasi dilakukan di lingkungan Posyandu Rumput Laut 3, Desa Watorumbe Bata, dengan melibatkan 20 peserta ibu menyusui. Kegiatan dirancang agar mendorong partisipasi aktif peserta melalui tanya jawab dan refleksi personal. Pengetahuan yang disampaikan mengacu pada standar nasional dan internasional mengenai ASI eksklusif yang direkomendasikan oleh WHO dan Kementerian Kesehatan RI (WHO, 2020).

Evaluasi hasil kegiatan dilakukan secara kualitatif melalui wawancara singkat dan diskusi akhir, untuk mengukur pemahaman serta persepsi peserta terhadap materi yang diberikan (Nuraini dan Hartati, 2021).

Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

1. Identifikasi Masalah dan Survei Awal

Tahap awal dilakukan dengan observasi lapangan dan diskusi bersama kader posyandu untuk mengidentifikasi permasalahan utama terkait praktik pemberian ASI di masyarakat. Diketahui bahwa masih banyak ibu yang memberikan makanan tambahan sebelum usia enam bulan karena kurangnya informasi (Wulandari dan Amalia, 2022).

2. Perencanaan Kegiatan dan Penyusunan Materi

Tim pengabdian menyusun materi edukatif yang relevan dan mudah dipahami, mencakup:

- a. Definisi dan manfaat ASI eksklusif
- b. Teknik menyusui yang benar
- c. Mitos dan fakta seputar pemberian ASI
- d. Peran keluarga dalam mendukung ibu menyusui

Materi disusun berdasarkan referensi dari (WHO, 2020), serta jurnal-jurnal kesehatan terbaru.

3. Koordinasi dengan Pihak Posyandu dan Pemerintah Desa

Sebelum pelaksanaan, tim melakukan koordinasi dengan kader posyandu dan aparat desa untuk menentukan waktu, tempat, dan sasaran peserta. Pelibatan tokoh lokal penting agar kegiatan mendapatkan dukungan dan kepercayaan masyarakat (Widyaningsih dan Astuti, 2022).

4. Pelaksanaan Edukasi

Kegiatan inti dilakukan dalam bentuk penyuluhan selama ± 60 menit, dibagi menjadi:

- a. Sesi penyampaian materi: Menggunakan poster dan proyektor
- b. Sesi diskusi dan tanya jawab: Memberikan ruang kepada peserta untuk menyampaikan pengalaman pribadi dan bertanya secara langsung
- c. Sesi simulasi: Praktik posisi menyusui yang benar dan pemecahan masalah menyusui (Puspitasari dan Lestari, 2021)

5. Pembagian Media Edukasi

Leaflet dibagikan kepada peserta sebagai bahan bacaan di rumah. Media cetak ini dipilih karena efektif dalam memperkuat daya ingat dan menjadi pemicu visual (Nuraini dan Hartati, 2021).

6. Evaluasi dan Refleksi

Evaluasi dilakukan secara informal melalui diskusi akhir. Peserta ditanya mengenai pemahaman mereka terhadap materi serta komitmen untuk menerapkan ASI eksklusif di rumah. Dari evaluasi ini diketahui bahwa 17 orang merasa terbantu dan memperoleh pengetahuan baru (Sari dan Handayani, 2020).

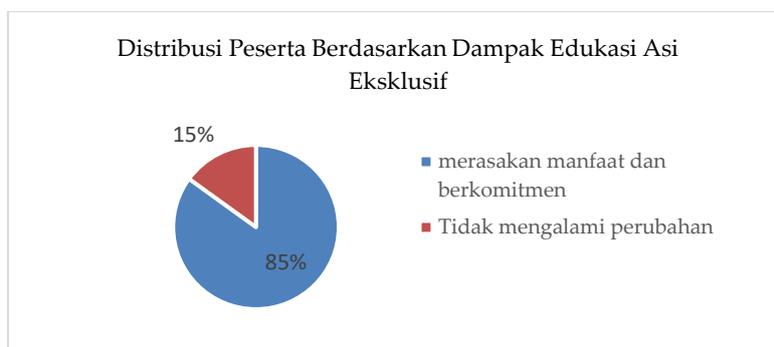
7. Dokumentasi dan Pelaporan

Seluruh kegiatan didokumentasikan dalam bentuk foto dan laporan naratif untuk keperluan pertanggungjawaban kegiatan dan publikasi akademik (Safitri dan Zulfikar, 2023).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan mengenai pentingnya ASI eksklusif di Posyandu Rumput Laut 3 Desa Watorumbe Bata diikuti oleh 20 peserta ibu menyusui. Berdasarkan hasil evaluasi, sebanyak 85% peserta (17 orang) menyatakan memperoleh manfaat dari kegiatan ini dan menunjukkan komitmen

untuk menerapkan ASI eksklusif pada bayinya. Sebaliknya, 15% peserta (3 orang) belum menunjukkan perubahan pengetahuan maupun sikap yang signifikan terhadap praktik pemberian ASI eksklusif.



Gambar 1.

Distribusi Peserta Berdasarkan Dampak Edukasi Asi Eksklusif

Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan secara langsung dapat meningkatkan pemahaman dan perilaku ibu menyusui terhadap praktik ASI eksklusif (Yuliana et al.,2022). Kegiatan ini juga mendukung hasil studi menemukan bahwa penyuluhan berbasis komunitas mampu mendorong kesadaran pentingnya ASI bagi pertumbuhan bayi (Hidayat, 2021). Tingginya persentase peserta yang menyatakan manfaat dari kegiatan ini membuktikan efektivitas pendekatan edukatif berbasis kelompok kecil yang memungkinkan interaksi langsung dan diskusi terbuka. Selain itu, penggunaan media visual dan leaflet juga membantu memperkuat pemahaman materi yang disampaikan (Sari, 2020).



Gambar 2.

Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Adapun sebagian kecil peserta yang belum menunjukkan perubahan signifikan dapat disebabkan oleh faktor-faktor seperti latar belakang pendidikan, pengaruh budaya, atau keyakinan pribadi terkait praktik menyusui. Hal ini menjelaskan bahwa persepsi ibu terhadap ASI dipengaruhi oleh nilai-nilai sosial dan kebiasaan yang berkembang di komunitasnya (Nurhasanah dan Rachmawati, 2019).

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Posyandu Rumpit Laut 3 Desa Watorumbe Bata berhasil meningkatkan pengetahuan ibu menyusui tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 85% peserta (17 orang) menyatakan memperoleh manfaat dan menyatakan komitmen untuk menerapkan ASI eksklusif, sementara 15% (3 orang) belum menunjukkan perubahan signifikan. Capaian ini menunjukkan bahwa metode edukasi langsung yang

interaktif, disertai media pendukung seperti leaflet, efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Temuan ini mendukung pentingnya edukasi berkelanjutan di tingkat posyandu sebagai upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kesehatan bayi dan ibu menyusui.

Untuk meningkatkan keberhasilan program edukasi ASI eksklusif di masyarakat, disarankan agar kegiatan penyuluhan dilakukan secara berkelanjutan dan terjadwal, terutama di wilayah pedesaan seperti Desa Watorumbe Bata. Pemerintah desa dan kader posyandu diharapkan lebih aktif dalam memfasilitasi ruang diskusi dan konsultasi rutin bagi ibu menyusui. Selain itu, perlu adanya kolaborasi dengan tenaga kesehatan untuk memberikan pendampingan selama masa menyusui. Pengembangan media edukasi yang lebih variatif, seperti video pendek, poster visual, dan aplikasi sederhana, juga dapat meningkatkan daya serap informasi dan menjangkau ibu-ibu yang belum terlibat langsung dalam kegiatan penyuluhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anindita, F., & Yuliani, D. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Gizi dan Perilaku Kesehatan*, 6(1), 12–18.
- Fitriyani, H., & Ramadhani, S. (2019). Peran Dukungan Suami dalam Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 4(2), 89–95.
- Hidayat, A. A. (2021). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang ASI Eksklusif. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(1), 35–42.
- Nuraini, N., & Hartati, T. (2021). Efektivitas Media Visual dalam Edukasi ASI Eksklusif pada Ibu Menyusui. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 6(3), 115–122.
- Nurhasanah, S., & Rachmawati, A. (2019). Faktor Sosial Budaya yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 87–94.
- Puspitasari, R., & Lestari, E. (2021). Edukasi ASI Eksklusif di Posyandu: Strategi Peningkatan Kesadaran Ibu Menyusui. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 9(2), 45–52.
- Safitri, A., & Zulfikar, M. (2023). Evaluasi Pasca Penyuluhan ASI Eksklusif pada Ibu Menyusui di Wilayah Pesisir. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 66–74.
- Sari, D., & Handayani, R. (2020). Faktor Budaya dalam Praktik Pemberian ASI pada Masyarakat Desa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nusantara*, 3(1), 34–40.
- Siregar, N., & Purba, M. (2021). Efektivitas Kelas Ibu Menyusui terhadap Pengetahuan ASI Eksklusif. *Jurnal Gizi dan Pembangunan*, 7(2), 80–88.
- WHO. (2020). Exclusive Breastfeeding: Best for Babies Everywhere. *Geneva: World Health Organization*.
- Widyaningsih, T., & Astuti, R. (2022). Peran Kader dalam Meningkatkan Praktik Menyusui di Posyandu. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 55–61.
- Wulandari, S., & Amalia, R. (2022). Posyandu sebagai Sarana Efektif dalam Meningkatkan Cakupan ASI Eksklusif. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan*, 8(3), 101–107.
- Yuliana, D., Putri, M. A., & Rahayu, W. (2022). Peningkatan Pengetahuan ASI Eksklusif melalui Edukasi di Posyandu. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 11(1), 14–20.