

## EDUKASI PEMBERIAN ASI EKSLUSIF

Herlinawati Herlinawati<sup>1</sup>, Awis Hamid Dani<sup>2</sup>, Rokhmatul Hikmat<sup>3</sup>, Lilis Banowati<sup>4</sup>, Nur Sholasihyah<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cirebon

E-mail: linacirebon57@gmail.com

---

### Article History:

Received: April 6<sup>th</sup>, 2024

Revised: April 11<sup>th</sup>, 2024

Accepted: April 29<sup>th</sup>, 2024

**Keywords:** Increase;  
Exclusive; Breastfeeding

**Kata Kunci :** Peningkatan;  
ASI; Eksklusif

**Abstract:** *The low rate of exclusive breastfeeding among infants by 16.67% was due to low knowledge regarding exclusive breastfeeding, minimal knowledge of breastfeeding regarding breast milk pumping, traditions or culture related to exclusive breastfeeding. This community service program aims to increase knowledge regarding exclusive breastfeeding and improve skills to provide breast milk through pumping and booster. The materials used consist of counselling materials, leaflets, Questionnaires, videos, and breast milk boosters. Educational activities involved counselling and demonstration. Questionnaires were distributed before and after counselling and participatory observation. The results showed an increase in knowledge scores after counselling (the mean pre-test and post-test scores for women knowledge regarding exclusive breastfeeding were 68.24 and 89.47, respectively). Counselling and demonstration activities could increase the knowledge and skills of pregnant and breastfeeding women in providing exclusive breast milk.*

**Abstrak:** Masih rendahnya capaian pemberian ASI eksklusif pada bayi sebesar 16,67% disebabkan karena rendahnya pengetahuan tentang ASI eksklusif, kurangnya pengetahuan mengenai pumping ASI, tradisi atau budaya yang berkaitan dengan pemberian ASI eksklusif. Tujuan kegiatan pengabdian untuk meningkatkan pengetahuan tentang pemberian ASI eksklusif dan meningkatkan keterampilan agar dapat menyediakan ASI dengan pumping ASI dan Booster ASI. Bahan yang digunakan terdiri dari materi penyuluhan, leaflet, kuesioner, video dan booster ASI. Metode kegiatan edukasi meliputi, penyuluhan dan demonstrasi. Penyebaran kuesioner sebelum dan sesudah di lakukan penyuluhan dan observasi partisipatif. Hasil menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan (rata-rata nilai pre- test pengetahuan ibu mengenai pemberian ASI eksklusif sebelum dilakukan penyuluhan dengan skor 68,24 dan setelah diberi penyuluhan didapatkan rata – rata post- test adalah 89,47). Kegiatan penyuluhan dan demosntrasi dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil dan menyusui dalam memberikan ASI secara eksklusif.

## **Pendahuluan**

Air Susu Ibu (ASI) merupakan tahap awal dan terpenting dalam asupan gizi bayi. ASI mengandung semua unsur zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Namun, masih terdapat ibu yang belum menyadari pentingnya pemberian ASI Eksklusif. Hal ini dapat dibuktikan dengan masih rendahnya angka pemberian ASI Eksklusif (Samira, 2022)

ASI menjadi satu hal penting yang perlu di optimalisasi karena berkaitan dengan kelangsungan kehidupan generasi di masa depan. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menargetkan setidaknya 50 Persen bayi dibawah usia enam bulan harus sudah mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2025. Saat ini, tingkat pemberian ASI eksklusif secara global masih 37 persen. Untuk mewujudkan upaya tersebut, WHO menjalin kerjasama dengan sejumlah organisasi lain seperti *World Alliance for Breastfeeding Action*. Tema tahun ini menyoroti upaya global untuk melindungi, mempromosikan dan mendukung ASI (Bauer, Jacqueline; Gerstl, 2011).

ASI Eksklusif untuk bayi yang diberikan ibu 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 (Hidayah et al., 2021).

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 (Alfaridh et al., 2021).

Berdasarkan data UNICEF dan juga data WHO pemberian ASI eksklusif dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi lebih dari 88%. Di Indonesia terdapat 31,36% dari 37,94% anak sakit dikarenakan tidak menerima ASI eksklusif. Pemberian ASI eksklusif sangat berpengaruh pada kesehatan yang akan datang, dampak dari anak ketika tidak diberikan ASI eksklusif yaitu dapat mengalami stunting, obesitas dan penyakit kronis lainnya (Kementerian Kesehatan RI, 2017). Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat (2017), pemberian ASI eksklusif di Jawa Barat sebanyak 349.968 bayi usia 0-6 bulan dari 754.438 jumlah bayi 0-6 bulan (46,4%) cakupan tersebut masih jauh dari target nasional sebesar 80% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2017).

Sedangkan jumlah bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di kota Cirebon untuk kecamatan kejaksan berjumlah 338 orang, kecamatan lemah wungkuk

berjumlah 373 orang, kecamatan harjamukti berjumlah 1,269 orang, kecamatan pekalipan berjumlah 112 orang, dan yang terakhir kecamatan kesambi berjumlah 574 orang.

Di kelurahan panjuran RW 10 tahun 2022 ditemukannya permasalahan kesehatan yaitu pemberian ASI eksklusif sebesar 16,67 % dari 12 bayi. Hal ini disebabkan karena rendahnya pengetahuan masyarakat tentang Informasi ASI eksklusif, minimnya pengetahuan ibu mengenai pumping ASI, tradisi atau budaya yang berkaitan dengan pemberian ASI eksklusif, minimnya sarana edukasi dan informasi, memiliki penyakit berisiko dan pemberian materi edukasi yang kurang menarik (Puskesmas Pesisir, 2023).

ASI sangatlah penting bagi pertumbuhan bayi, maka dari itu perlu adanya pemahaman bagi ibu untuk memberikan ASI eksklusifnya. Dalam memberikan ASI eksklusifnya seorang ibu juga perlu berlatih dan persiapan yang matang. Perilaku pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh faktor eksternal dan faktor internal. Faktor internal adalah karakteristik seseorang yang menjadi dasar atau motivasi bagi seseorang sehingga mempermudah terjadinya perilaku pemberian ASI eksklusif diantaranya tingkat pengetahuan, pengalaman menyusui dan faktor demografi seperti umur, pekerjaan, pendidikan. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang memperkuat terjadinya perilaku menyusui. Faktor eksternal ini sangat diperlukan karena meskipun seseorang tahu dan mampu untuk berperilaku sehat tetapi tetap bisa saja orang tersebut tidak melakukannya. Oleh karena itu maka diperlukan contoh atau dukungan dari keluarga (suami dan orangtua) serta petugas kesehatan (Mahadewi & Heryana, 2020).

Berdasarkan latar belakang yang menyebutkan bahwa masih rendahnya pengetahuan tentang ASI eksklusif dan minimnya pengetahuan Ibu hamil tentang pumping ASI, maka untuk meningkatkan pengetahuan dan meningkatkan keterampilan dalam menyediakan ASI eksklusif dengan pumping dan booster ASI diperlukan edukasi tentang pemberian ASI eksklusif. Sasaran langsung (*direct target group*) dalam edukasi pemberian ASI Eksklusif adalah wanita pasangan usia subur, Ibu hamil dan Ibu menyusui. Sasaran langsung ini adalah subjek yang akan menerima manfaat langsung terkait materi edukasi yang diberikan.

## **Metode**

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di RW 10 kelurahan panjuran wilayah kerja UPT Puskesmas pesisir kota Cirebon. Sasaran kegiatan berjumlah 27 orang yang terdiri dari wanita pasangan usia subur, ibu hamil dan ibu menyusui. Pelaksanaan kegiatan dibantu oleh 2 orang kader posyandu. Bahan yang digunakan meliputi materi penyuluhan, kuesioner, leaflet, video mitos dan fakta tentang ASI eksklusif dan ASI Booster. Metode kegiatan edukasi pemberian ASI eksklusif ini terdiri dari penyuluhan, pemutaran video dan demonstrasi tentang pumping ASI, pembuatan ASI booster, penyebaran kuesioner sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan dan observasi partisipatif (melakukan observasi dan berperan aktif dalam mengevaluasi pelaksanaan pembuatan booster ASI dan pumping ASI)

Langkah kegiatan edukasi, dilakukan dengan tahapan melakukan advokasi terhadap

ketua RW 10 dengan menjelaskan kegiatan apa saja yang dilakukan, mengenai manfaat dari kegiatan BEKASI dan penyampaian kepada kader mengenai kegiatan dan persiapan penentuan sasaran yang tepat mengenai permasalahan tersebut

## Hasil



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan

Pemberian penyuluhan mengenai pemberian ASI eksklusif, dalam penyampaian materi terdiri dari materi pengertian ASI eksklusif, manfaat ASI, risiko bayi yang tidak di beri ASI Eksklusif, jumlah kebutuhan ASI pada bayi per harinya di sesuaikan dengan umur bayi tersebut dan menggunakan leaflet mengenai pemberian ASI. Waktu pelaksanaan selama 120 menit, dengan tujuan bertambahnya pemahaman ibu mengenai ASI eksklusif.

Demonstrasi mengenai kegiatan pembuatan ASI booster, pemberian materi mengenai penjelasan ASI booster, Manfaat ASI booster dan juga bahan lainnya yang dapat digunakan sebagai ASI booster. Tujuan demonstrasi ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai ASI booster. Adapun indikator keberhasilan pada kegiatan ini yaitu adanya solusi sebagai peningkatan produksi ASI ibu serta meminimalisir permasalahan yang berkaitan dengan penurunan produksi ASI.

Edukasi mengenai mitos dan fakta yang beredar mengenai asi, edukasi ini menggunakan media video dikarenakan banyaknya ibu dan calon ibu yang tidak bisa membaca sehingga pemberian materi tersampaikan kepada audiens. Pemutaran video di berikan dengan tujuan bertambahnya pemahaman ibu mengenai ASI eksklusif. Sedangkan indikator keberhasilan dari kegiatan ini adalah adanya ketercapaian peningkatan jumlah ibu yang memberikan ASI eksklusif selama periode 0 – 6 bulan

Pemaparan mengenai cara penggunaan pumping ASI, cara penyimpanan, dan cara

merawat alat pumping. Kegiatan ini menggunakan media alat pumping elektrik dan juga boneka payudara agar penjelasan materi mudah dipahami oleh audiens. Tujuannya meningkatkan pengetahuan ibu mengenai cara penggunaan pumping ASI, indikator keberhasilan yaitu adanya ketercapaian jumlah peningkatan pemberian ASI eksklusif terutama dari ibu yang bekerja.

Hasil kegiatan edukasi dilakukan dengan melakukan evaluasi melalui penyebaran angket setelah di lakukan kegiatan penyuluhan. Hasil pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan kegiatan adalah sebagai berikut:

Tabel 4.1 Distribusi data pengetahuan mengenai pemberian ASI eksklusif

Variable	Mean	SD	N	Minimum	Maximum
Sebelum penyuluhan	68,24	13,800	27	60	100
Sesudah penyuluhan	89,47	11,147	27	70	100

Berdasarkan hasil Rata-rata nilai pre- test pengetahuan ibu mengenai pemberian ASI eksklusif sebelum dilakukan penyuluhan dengan skor 68,24 dengan nilai minimum 60 dan maksimum 100. Sedangkan setelah diberi penyuluhan didapatkan rata – rata post- test adalah 89,47 dengan nilai minimum 70 dan nilai maksimum 100 terlihat kenaikan nilai mean sebesar 21,23 dari 27 peserta. Maka dapat disimpulkan ada peningkatan skor pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan

## Diskusi

Salah satu Penyebab terjadinya penurunan pemberian ASI eksklusif yaitu karena rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai ASI eksklusif, sehingga dilakukannya penyuluhan dan pembagian leaflet mengenai pemberian ASI eksklusif. Penyuluhan di lakukan dengan menggunakan leaflet, pemutaran video dan demonstrasi. Kegagalan pemberian ASI eksklusif disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu yang dapat diatasi dengan penyuluhan kesehatan. Ibu yang memiliki pengetahuan yang rendah tentang ASI eksklusif cenderung tidak memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Pengetahuan tentang cara menyusui yang baik dan benar menjadi faktor pendukungnya (Fatimah et al., 2018).

Hasil dari kegiatan penyuluhan dan demonstrasi menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan ibu mengenai pemberian ASI eksklusif yang dibuktikan dengan kuesioner pre-test dan post test yang memiliki kenaikan skor sebesar 21,23. Sesuai dengan hasil kegiatan pengabdian Yuhanah (2020) bahwa penyuluhan yang di berikan kepada kader kesehatan dan ibu balita dapat meningkatkan pengetahuan sehingga di harapkan ibu balita dapat mengimplementasikan pemberian ASI eksklusif demi kesehatan bayi dna mendukung program pemerintah dalam peningkatan ASI eksklusif (Yuhanah;Tedy Tulak, 2020).

Penyuluhan metode leaflet merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tercapainya suatu hasil penyuluhan secara optimal dan penerapan leaflet dapat lebih efektif meningkatkan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif hal ini dikarenakan dapat memudahkan para ibu untuk memahami materi yang disajikan tercetak (Ramadhanti et al., 2019). Penggunaan video dalam memberikan penyuluhan sangat mempermudah seseorang dalam menerima suatu informasi sehingga meningkatkan pengetahuan, hal tersebut dikarenakan metode video memperlihatkan gambar dan juga efek suara sehingga indera penglihat dan indera pendengar bekerja secara bersama membuat otak bekerja secara lebih baik untuk penyerapan suatu informasi (Idris & Enggar, 2019).

Hal ini dibuktikannya dengan kenaikan nilai pada *post test* soal penjabaran mitos dan fakta yang tertera pada kuseioner nomor 6 (Pengeluaran ASI tidak dipengaruhi oleh isapan bayi, sehingga apabila bayi jarang menyusui, produksi ASI tidak akan berkurang), nomor 7 (ASI yang encer artinya kurang nutrisi), nomor 9 (Pemilik payudara kecil tidak bisa produksi ASI yang cukup) dan nomor 10 (Bayi yang menyusui terus menerus berarti ASI kurang). Terdapat 23 responden memiliki peningkatan pada materi mitos dan fakta mengenai pemberian ASI. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa audio visual adalah media terbaik untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku. Praktik merupakan salah satu metode pembelajaran lapangan yang ditujukan untuk melatih dan meningkatkan kemampuan responden dalam mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh (Idris & Enggar, 2019).

Sosial budaya di dalam masyarakat memunculkan beberapa tradisi serta kepercayaan yang mempengaruhi perilaku masyarakat tersebut. Kepercayaan yang ada dalam keluarga membuat ibu mengikutinya meskipun sudah banyak informasi yang diperoleh dari tenaga kesehatan.

Kebanyakan responden yang hadir merupakan ibu rumah tangga tetapi terdapat beberapa ibu hadir yang akan kembali bekerja setelah cutinya selesai yang membuat rasa antusiasme para responden cukup tinggi saat mendengarkan edukasi ini karena dapat digunakan untuk ibu pekerja ataupun ibu yang akan bepergian. Hal ini dibuktikannya dengan wawancara pada sesi tanya jawab kepada salah satu responden terkait penyampaian materi pumping ASI dan responden dapat menjawab dengan tepat mengenai pertanyaan tersebut.

Teknik penyampaian metode penyuluhan demonstrasi dimana merupakan suatu cara penyampaian pengisian ide yang diperoleh dan dipersiapkan untuk memperlihatkan bagaimana cara melaksanakan suatu tindakan dengan atau menggunakan suatu prosedur. penyajian ini disertai menggunakan alat peraga dan tanya jawab (Ramadhanti et al., 2019).

Keterampilan diperoleh dari hasil mendengarkan dan mempertimbangkan informasi yang telah didapatkan sehingga mampu untuk melakukan tindakan positif sesuai yang diinginkan, sehingga sikap positif tentang pembuatan susu kurma akan berpengaruh pada peningkatan produksi ASI. Hal ini dibuktikannya dengan antusiasme para responde saat dilakukan sesi tanya jawab mengenai ASI booster.

## Kesimpulan

Kegiatan ini meliputi penyuluhan dan pembagian leaflet mengenai pemberian ASI eksklusif, penyuluhan menggunakan media video penjabaran mitos dan fakta terkait pemberian ASI, edukasi praktik penggunaan pumping ASI, demonstrasi pembuatan ASI booster. Hasil kegiatan menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan ibu mengenai pemberian ASI eksklusif yang dibuktikan dengan kuesioner pre- test dan post test yang memiliki kenaikan skor sebesar 21,23.

## Pengakuan/Acknowledgements

Ucapan terimakasih kepada STIKes Cirebon, aparat kelurahan Panjungan, Puskesmas Pesisir dan kader yang telah mendukung kegiatan pengabdian masyarakat ini sehingga dapat terlaksana sesuai rencana.

## Daftar Referensi

- Alfaridh, A. Y., Azizah, A. N., Ramadhaningtyas, A., Maghfiroh, D. F., Amaria, H., Mubarakah, K., Arifatuddina, M., Shafira, N., Widyasanti, N., Kumala, S. S., & Nurwahyuni, A. (2021). Peningkatan Kesadaran dan Pengetahuan tentang ASI Eksklusif pada Remaja dan Ibu dengan Penyuluhan serta Pembentukan Kader Melalui Komunitas "CITALIA." *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat (Pengmaskesmas)*, 1(2), 119–127.
- Bauer, Jacqueline; Gerss, J. (2011). Longitudinal analysis of macronutrients and minerals in human milk produced by mothers of preterm infants. *Clinical Nutrition*, 30(2), 215–220.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2017). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat Tahun 2016*.
- Fatimah, N., Mifbakhuddin, M., & Kumalasari, N. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kegagalan Ibu Dalam Memberikan Asi Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan Di Puskesmas Bangetayu Semarang. *Jurnal Kebidanan*, 4(2), 1–7. [http://103.97.100.145/index.php/jur\\_bid/article/view/1678](http://103.97.100.145/index.php/jur_bid/article/view/1678)
- 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>
- Idris, I., & Enggar, E. (2019). Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Audio Visual Tentang Asi Eksklusif Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Di Puskesmas Singgani Kota Palu. *Jurnal Bidan Cerdas (JBC)*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.33860/jbc.v2i1.159>
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Menyusui Dapat Menurunkan Angka Kematian Bayi*.

Mahadewi, E. P., & Heryana, A. (2020). Analisis Perilaku Pemberian ASI Eksklusif Di Puskesmas Bekasi. *Gorontalo Journal of Public Health*, 3(1), 23. <https://doi.org/10.32662/gjph.v3i1.850>

Puskesmas Pesisir. (2023). *Laporan Tahunan Puskesmas Pesisir Tahunan 2022*.

Ramadhanti, C. A., Adespin, D. A., & Julianti, H. P. (2019). Perbandingan Penggunaan Metode Penyuluhan Dengan Dan Tanpa Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Tumbuh Kembang Balita. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 8(1), 99–120.

Samira, M. (2022). *Program Pemberian ASI Eksklusif Memerlukan Dukungan Masyarakat*. <https://kumparan.com/maritzasamira16>

Yuhanah;Tedy Tulak, G. (2020). Edukasi Manfaat ASI Eksklusif kepada Kader Kesehatan dan Ibu Balita di DEsa Wowo Tamboli. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Logista*, 4(1). <https://doi.org/10.2490/jjrnc.57.571>