

Breastfeeding Education for Mothers and Support Systems as Efforts to Achieve Exclusive Breastfeeding Success in Cipenjo Village, Cileungsi, Bogor Regency

Kartika Wandini^{1*}, Annisa Nursita Angesti², Sarah Mardiyah³

^{1,2,3} Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin

Correspondence author: Kartika Wandini, kartikawandini@yahoo.co.id

DOI: <https://doi.org/10.37012/jpkmht.v7i2.2856>

Abstract

Breast milk (ASI) is the primary nutrient for infant growth and development. Breast milk is every child's right to achieve optimal growth and development. Often, babies do not receive exclusive breastfeeding for various reasons, ranging from a lack of parental knowledge, lack of family support, environmental influences, and so on. Failure to breastfeed increases the risk of various health and nutritional problems in infants and toddlers. Therefore, it is important for mothers and their entire support system to understand the importance of successful exclusive breastfeeding and continuing breastfeeding until the age of 2 years. Cadres are part of the system that plays a crucial role in supporting mothers in providing exclusive breastfeeding. Therefore, education is needed to increase cadres' knowledge about the importance of breastfeeding and the importance of supporting mothers in successfully providing exclusive breastfeeding. The material provided in the educational activities included the benefits of breast milk, supporting factors for breastfeeding, and methods that can be used to ensure the success of exclusive breastfeeding. The results of the activity showed that 48 cadres from 22 integrated health posts (Posyandu) in Cipenjo Village attended the Community Service Program (PKM) activities. After receiving education about breastfeeding, there was an average increase in knowledge scores of 20% compared to before the education. There needs to be continuous follow-up so that the cadres' knowledge about good breastfeeding can be passed on to the community, especially breastfeeding mothers, so that it forms a mindset that will have a real impact on behavior and increasing the coverage of exclusive breastfeeding.

Keywords: *Breastfeeding Educatio, Exclusive Breastfeedin, Support System*

Abstrak

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi utama bagi tumbuh kembang bayi. Mendapatkan ASI merupakan hak setiap anak untuk mencapai tumbuh kembang optimal. Seringkali bayi tidak mendapatkan ASI eksklusif karena berbagai alasan mulai dari minimnya pengetahuan orang tua, kurangnya dukungan keluarga, pengaruh lingkungan dan sebagainya. Gagalnya praktik menyusui tentu meningkatkan berbagai risiko masalah kesehatan dan masalah gizi pada bayi dan balita. Untuk itu, penting bagi ibu dan seluruh *support system* memahami pentingnya menyukseskan ASI eksklusif dan melanjutkan ASI sampai usia 2 tahun. Kader menjadi bagian dari sistem yang memiliki peran penting mendukung ibu memberikan ASI eksklusif. Untuk itu, diperlukan adanya edukasi yang bertujuan meningkatkan pengetahuan kader mengenai pentingnya ASI dan pentingnya mendukung ibu sukses memberikan ASI eksklusif. Materi yang diberikan dalam kegiatan edukasi adalah manfaat ASI, faktor pendukung ASI, dan cara-cara yang dapat dilakukan untuk menyukseskan ASI eksklusif. Hasil kegiatan menunjukkan peserta yang hadir dalam kegiatan PKM sebanyak 48 kader dari 22 posyandu di Desa Cipenjo. Setelah peserta mendapatkan edukasi mengenai ASI, terdapat peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebanyak 20% dibandingkan dengan sebelum edukasi. Perlu adanya tindak lanjut yang berkesinambungan agar pengetahuan kader tentang ASI yang sudah baik dapat diteruskan pada masyarakat terutama ibu menyusui sehingga membentuk pola pikir yang akan berdampak nyata terhadap perilaku dan peningkatan cakupan ASI eksklusif.

Kata kunci: Edukasi Menyusui, ASI Eksklusif, Sistem Pendukung

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi utama bagi tumbuh kembang bayi. Berbagai kebutuhan bayi mulai dari zat gizi, antibodi, bahkan enzim yang membantu proses pencernaan nutrisi terbukti terkandung di dalamnya. ASI merupakan sel hidup yang berkembang, kandungannya dapat menyesuaikan kebutuhan bayi seiring pertambahan usia (Bode, Lars, et.al, 2014). Pemberian ASI eksklusif, ASI tanpa tambahan apapun kecuali obat atas indikasi medis, sejak bayi usia 0-6 bulan dapat memenuhi seluruh kebutuhan bayi serta melindungi bayi dari risiko penyakit.

Berbagai manfaat menyusui tidak hanya dirasakan oleh bayi. Melalui proses menyusui akan terbentuk ikatan emosional yang kuat antara ibu dan bayi. Kontak fisik yang intensif meningkatkan rangsangan terbentuknya hormon oksitosin yang juga dikenal dengan hormon cinta, sehingga seharusnya ibu menjadi bahagia. Secara emosional kepekaan ibu terhadap bahasa bayi yang merupakan isyarat dalam menyampaikan keinginan dan kebutuhannya meningkat, bayi pun akan merasa aman dan cenderung lebih tenang. Penelitian Mizuhata, Kiyoko, et al (2020) menunjukkan, Ibu yang menyusui memiliki tingkat stres lebih rendah bila dibandingkan ibu yang memberikan pemberian makanan campuran. Ini seperti sebuah siklus yang memengaruhi keberhasilan ibu dalam memberikan ASI eksklusif.

Untuk dapat menyukseskan keberhasilan menyusui, ibu membutuhkan *support system* yang datang dari berbagai pihak terutama lingkungan dan keluarga. Masyarakat sebagai faktor lingkungan berperan dalam memberikan dukungan sosial. Para ibu seringkali berinteraksi di lingkungan masyarakat dengan berbagai topik pembicaraan dan tidak menutup kemungkinan termasuk mengenai konsumsi bayi dan balita. Seringkali secara psikologis ibu bayi menyetujui, terutama bagi ibu baru dan mencoba saran yang diberikan oleh pihak yang dianggap lebih berpengalaman dalam mengasuh bayi dan balita, namun saran tersebut belum tentu benar. Bukan hanya ibu, pihak keluarga yang mendapat informasi yang salah terkait apa yang harus diberikan pada bayi, dapat memberikan perlakuan yang salah pula dalam pemberian asupan pada bayi terutama usia 0-6 bulan, maka tidak jarang ditemukan di usia sebelum 6 bulan bayi sudah mendapat makanan selain ASI sehingga ASI eksklusif tidak tercapai. Hal ini tentu akan meningkatkan risiko masalah kesehatan dan tumbuh kembang bayi dan balita.

Kader adalah ujung tombak dalam konteks kesehatan, berada di garis depan untuk melakukan layanan kesehatan dasar kepada masyarakat seperti posyandu dan informasi seputar bayi dan balita. Namun, layanan terkait laktasi masih sangat jarang ditemukan, jika

saja layanan tersebut hadir di posyandu akan menjadi peluang dalam mendukung suksesnya ASI eksklusif. Menghadirkan layanan tersebut tentu tidak mudah, peran kader perlu didukung dengan pemahaman agar informasi dan masukan seputar laktasi dapat disampaikan dengan jelas dan tepat. Untuk itu, dalam program pengabdian masyarakat dilakukan program edukasi yang mengundang kader sebagai bagian dari *support system* ibu menyusui agar dapat memahami manfaat ASI, bagaimana cara menyusui yang benar sehingga proses menyusui menjadi hal yang menyenangkan bagi ibu dan bayi, dan apa yang harus dilakukan untuk mendukung ibu dalam proses menyusui. Dengan terbentuknya kader yang aktif dan terlatih, akan meningkatkan keberhasilan program ASI eksklusif yang pada akhirnya berkontribusi pada kesehatan bayi dan ibu secara optimal.

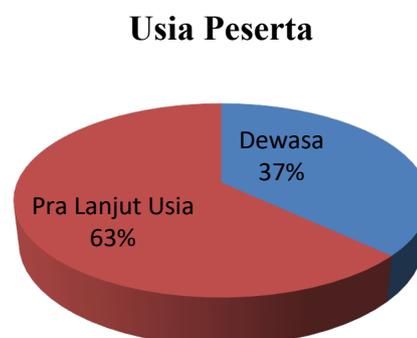
METODE PELAKSANAAN

Program edukasi dilaksanakan di Balai Desa Cipenjo, Cileungsi, Kabupaten Bogor. Adapun program edukasi dilakukan pada 6 Februari 2025. Kegiatan dilakukan secara luring dengan memberikan pretest sebelum materi disampaikan dan posttest sesudah materi edukasi disampaikan. Analisis sederhana menggunakan program excel dilakukan untuk mengetahui karakteristik peserta edukasi dan rata-rata skor pretest maupun posttest yang dicapai oleh peserta kegiatan edukasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Peserta

Peserta kegiatan edukasi adalah perwakilan kader dari 22 Posyandu di Desa Cipenjo. Usia peserta dikelompokkan berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.25 Tahun 2016. Peserta terdiri atas dua kelompok usia yakni dewasa (19-44 tahun) dan pra lanjut usia (45-59 tahun).



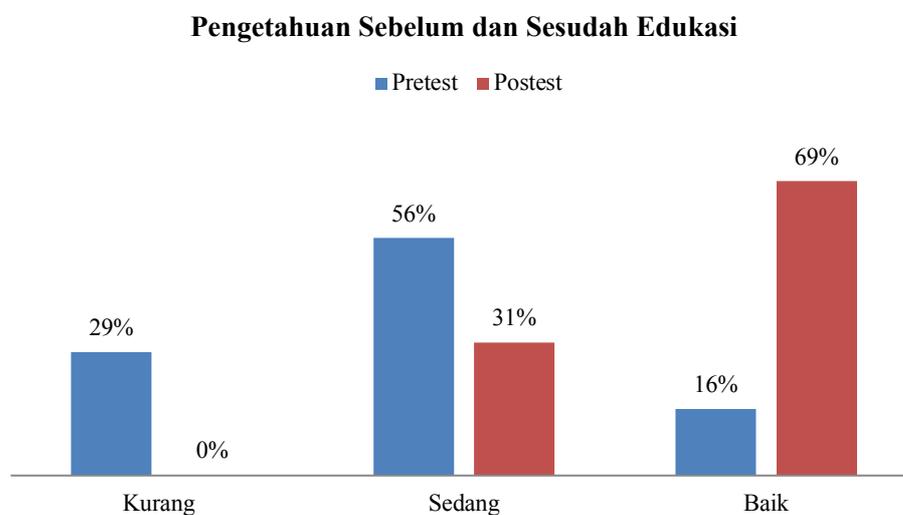
Gambar 1. Karakteristik Peserta Usia

Diagram tersebut menunjukkan lebih dari sebagian peserta berusia lebih dari 44 tahun (63%). Menurut Banowati (2018) usia memengaruhi pola pikir seseorang, yakni semakin bertambahnya usia semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan dan pengalaman yang diperoleh juga semakin banyak. Kepercayaan masyarakat akan meningkat jika menerima informasi dari seseorang lebih dewasa karena dinilai memiliki banyaknya pengalaman dan pematangan jiwa.

2. Pengetahuan

Edukasi yang disampaikan dalam kegiatan ini berupa pengertian dari ASI Eksklusif (hanya memberikan ASI saja tanpa tambahan apapun hingga bayi berusia 6 bulan kecuali obat dan vitamin dengan indikasi medis), kandungan ASI, manfaat ASI bagi bayi dan ibu, cara menyusui yang benar agar ibu dapat menyusui dengan nyaman, peran keluarga dan lingkungan dalam mendukung ibu agar sukses menyusui, peran kader di masyarakat, serta meluruskan mitos yang beredar di masyarakat terkait kegiatan menyusui.

Pengukuran pengetahuan dilakukan dengan melihat skor pengetahuan peserta sebelum dan setelah mendapatkan paparan edukasi. Pertanyaan yang diajukan pada pretest maupun *post-test* sesuai dengan materi yang disampaikan pada kegiatan edukasi. Penentuan kategori pengetahuan ditentukan berdasarkan nilai *cut off* > 80% jawaban benar untuk kategori baik, 60-80% untuk kategori sedang, dan <60% untuk kategori kurang (Khomsan, 2022). Hasilnya, kategori pengetahuan kader pada hasil pretest menunjukkan 29% peserta pada kategori kurang, 56% sedang, dan 16% baik. Sementara hasil posttest menunjukkan tidak terdapat peserta dengan kategori kurang, 31% peserta berada pada kategori sedang, dan 69% peserta berada pada kategori baik.



Gambar 2. Pengetahuan Pretest dan Posttest

Diagram di atas menunjukkan adanya peningkatan persentase peserta dengan kategori sedang maupun baik serta tidak adanya peserta dengan kategori kurang setelah peserta mendapatkan edukasi. Hal ini berarti pengetahuan peserta setelah mendapatkan edukasi menjadi lebih baik dari sebelumnya. Adapun rata-rata skor peserta sebelum dilakukan edukasi sebesar 10 dari total poin keseluruhan 15, sementara rata-rata skor peserta setelah dilakukan edukasi adalah 13 poin. Terjadi peningkatan skor pengetahuan rata-rata peserta sebelum dan sesudah edukasi sebesar 20%. Hal ini semakin menunjukkan dampak positif edukasi terhadap pengetahuan peserta.

Beberapa peserta menyampaikan bahwa edukasi mengenai ASI ini, sangat bermanfaat terutama setelah mendapatkan klarifikasi terkait dengan mitos seputar ASI dan menyusui yang beredar di masyarakat. Peserta mengakui sebagai kader terkadang ragu dalam meluruskan mitos seputar ASI di masyarakat karena kurangnya pengetahuan. Menurut Kurniyati et al (2022) kader merupakan ujung tombak pembangunan bidang kesehatan berbasis pemberdayaan masyarakat. Kader yang memiliki pemahaman tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif dan akan mampu memberikan edukasi kepada ibu menyusui maupun keluarganya yang masih memiliki pengetahuan dan pengalaman yang terbatas. *Community based-peer support* akan menghasilkan kader yang cerdas ASI dan mampu mensosialisasikan pentingnya ASI Eksklusif sehingga dapat meningkatkan cakupan pemberian ASI Eksklusif.

Meningkatkan pengetahuan kader juga dapat meningkatkan kepercayaan diri, dalam hal ini kader sebagai perpanjangan tangan dari tenaga kesehatan diharapkan dapat mensosialisasikan pentingnya pemberian ASI eksklusif dengan percaya diri serta meluruskan mitos yang dapat menjadi penghambat suksesnya pemberian ASI eksklusif. Menurut Warsiti, Rosida dan Sari (2020), salah satu faktor yang menghambat keberhasilan ASI eksklusif adalah berkembangnya mitos dan kepercayaan seperti kolostrum tidak baik bahkan berbahaya bagi bayi, bayi membutuhkan teh atau cairan lain sebelum menyusui. Kepercayaan dan faktor budaya banyak memengaruhi sikap perilaku masyarakat. Zaqiatunnufus, Marlina dan Syaripah (2025) menyatakan bahwa keyakinan ibu memberikan ASI eksklusif dapat membentuk perilaku ibu dalam menyaring mitos dan budaya yang buruk.

Paparan informasi sangat penting dalam membentuk cara berpikir seseorang yang kemudian akan berdampak pada perilaku. Prof. Ali Khomsan dalam bukunya menyebutkan bahwa perilaku gizi yang baik adalah dampak dari pengetahuan gizi yang

baik. Namun, ada faktor lain yang memengaruhi, tidak serta merta pengetahuan dapat mengubah perilaku (Khomsan, 2022). Oleh karena itu, diperlukan adanya tindak lanjut yang berkesinambungan agar pengetahuan yang ada membentuk pola pikir sehingga jelas dampaknya terhadap perilaku.

SIMPULAN

Kegiatan edukasi diikuti oleh peserta yang seluruhnya adalah 48 kader posyandu perwakilan dari seluruh posyandu (22 posyandu) yang ada di Desa Cipenjo, Cileungsi, Kabupaten Bogor. Sebagian besar peserta (63%) berusia lebih dari 44 tahun. Rata-rata skor pengetahuan pesera sebelum dilakukan edukasi sebesar 10 dari total poin keseluruhan 15 dan rata-rata skor peserta setelah dilakukan edukasi adalah 13 poin. Terjadi peningkatan skor pengetahuan rata-rata peserta sebelum dan sesudah edukasi sebesar 20%. Diperlukan adanya kegiatan edukasi dan pengembangan lainnya yang akan memfasilitasi kader sebagai *support system* ASI Eksklusif. Kegiatan edukasi juga dapat diluaskan cakupannya dengan mengikutsertakan keluarga ibu sebagai *support system* utama dalam keluarga.

Adapun ucapan terimakasih disampaikan kepada pihak Universitas Mohammad Husni Thamrin. Kegiatan ini difasilitasi oleh Lembaga Penelitian, Pengembangan, dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Mohammad Husni Thamrin sebagai lembaga yang menaungi seluruh kegiatan dosen dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat.

REFERENSI

- Banowati, Lilis. 2018. Hubungan Karakteristik Kader dengan Kehadiran dalam Pengelolaan Posyandu. *Jurnal Kesehatan*. 9(2): 101-111.
- Bode, Lars. 2014. *It's Alive: Microbes and Cells in Human Milk and Their Potential Benefits to Mother and Infant*. *American Society for Nutrition. Adv. Nutr.* 5:571-573, 2014.
- Fatmala, K, & Adipati, SP (2023). *Edukasi Teknik Menyusui Yang Baik Dan Benar.*, repository.uim.ac.id,
<https://repository.uim.ac.id/2223/2/EDUKASI%20TEKNIK%20MENYUSUI%20YANG%20BAIK%20DAN%20BENAR.pdf>
- Kasmiati, K (2024). Efektifitas Kelas Edukasi (KE) Menyusui terhadap Peningkatan Efikasi Diri Ibu Postpartum di Puskesmas Ulaweng Kabupaten Bone. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu ...*, ejurnal.politeknikpratama.ac.id,
<https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/Termometer/article/view/4709>
<https://journal.thamrin.ac.id/index.php/JPKMHThamrin/article/view/2856/2585>

Khomsan, Ali. 2022. Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi. IPB Press. Kota Bogor.

Kurniyati, et al. 2022. Optimalisasi Peran kader dalam Pembentukan Kelompok Pendukung ASI untuk Mewujudkan Kadarsie (Keluarga Sadar ASI Eksklusif). Rambideun: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. 5(1): 18-26

Kurniawaty, K, Solama, W, & ... (2023). Penerapan Edukasi Breast Care Pada Ibu Post Sectio Caesarea Dengan Masalah Menyusui Tidak Efektif. *Babul Ilmi ...*, jurnal.stikes-aisyiyah-palembang.ac ..., <http://jurnal.stikes-aisyiyah-palembang.ac.id/index.php/Kep/article/view/1148>

Mirawati, M, Masdiputri, RSN, Puteri, MD, & ... (2022). Edukasi ASI Eksklusif Untuk Persiapan Menyusui Menjelang Persalinan: Edukasi ASI Eksklusif Untuk Persiapan Menyusui Menjelang Persalinan. *Ahmar Metakarya ...*, ahmareduc.or.id, <https://ahmareduc.or.id/journal/index.php/AMJPM/article/view/109>

Mizuhata, Kiyoko, et al. 2020. *Effects of Breastfeeding on Stress Measured by Saliva Cortisol Level and Perceived Stress*. *Asian Pac Isl Nurs J*. 2020;5(3): 128-138.

Rifa'i, A, Astuti, S Lestari Dwi, & Setyorini, Y (2020). *Pengetahuan Ibu Menyusui Pasca Edukasi Tentang Asi Eksklusif.*, repository.unar.ac.id, <https://repository.unar.ac.id/jspui/handle/123456789/254>

Sembiring, G, Damayani, AD, Aziz, MA, & ... (2024). Efektivitas Model Edukasi Dan Dukungan Menyusui Untuk Meningkatkan Breastfeeding Self-Efficacy Dan Pemberian Asi Eksklusif: Scoping Review. *Media Penelitian ...*, jurnal.polkesban.ac.id, <https://jurnal.polkesban.ac.id/index.php/jmp2k/article/view/2024>

Ulfa, A farida, & Wardani, TA (2025). Pengaruh edukasi menyusui terhadap Keberhasilan tehnik menyusui pada ibu post partum: The effect of breastfeeding education on the success of breastfeeding *Jurnal Ilmiah ...*, journal.stikespemkabjombang.ac.id, <https://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jikep/article/view/2607>

Warsiti, Rosida, L., Sari, D. F. 2020. Faktor Mitos dan Budaya terhadap Keberhasilan ASI Eksklusif pada Suku Jawa. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*. 15(1): 151-161.

Yulianto, A, Safitri, NS, Septiasari, Y, & ... (2022). Edukasi Kesehatan Ibu Tentang Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran Produksi Air Susu Ibu. *Jurnal Masyarakat*

...,

syadani.onlinelibrary.id,

<https://syadani.onlinelibrary.id/index.php/JS/article/view/19>

Zaqiatunnufus, S.S., Marlina, E. D., Syaripah, R. Pengalaman Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu yang Mempunyai bayi Umur 6-11 Bulan di Puskesmas Kelurahan Sukapura Jakarta Utara tahun 2024. 2025. Journal of Midwifery and Health Science of Sultan Agung. 4(1): 29-50.