

**EDUKASI PEMBERIAN ASI PADA BAYI YANG BAIK DAN BENAR PADA IBU
MENYUSUI MELALUI MEDIA BOOKLET****Naintina Lisnawati^{1*}, Wilis Putu Purantira², Anggit Rizkika³**¹⁻³Peminatan Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro

Email Korespondensi: naintina.lisnawati@live.undip.ac.id

Disubmit: 05 Desember 2022

Diterima: 02 Januari 2023

Diterbitkan: 01 Maret 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i3.8587>**ABSTRAK**

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik untuk bayi. Pemerintah telah mencanangkan program ASI Eksklusif, namun terdapat permasalahan yaitu ibu belum memberikan ASI Eksklusif pada bayinya karena kurangnya pemahaman Ibu mengenai teknik menyusui yang benar. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu menyusui tentang cara pemberian ASI pada bayi yang baik dan benar sehingga ibu dapat menerapkannya agar proses menyusui dapat berjalan dengan lancar dan cakupan pemberian ASI Eksklusif dapat meningkat. Program pengabdian masyarakat dilakukan dengan pendekatan pada ibu menyusui untuk melakukan edukasi menggunakan booklet tentang pemberian ASI pada bayi yang baik dan benar. Kegiatan dimulai dengan pemberian *pre test* kemudian pemberian edukasi dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan diakhiri dengan pemberian *post test*. Jumlah peserta edukasi sebanyak 10 ibu menyusui di Desa Dangkel. Monitoring dan evaluasi terkait peningkatan pengetahuan dari ibu kaitannya dengan edukasi dan pendampingan dilakukan dari bagian gizi FKM UNDIP. Rata-rata pengetahuan ibu menyusui mengenai ASI dan pemberian ASI sebelum dilakukan edukasi adalah 70 dengan skor terendah 50 dan skor tertinggi 90. Setelah diberikan materi terdapat kenaikan pengetahuan ibu dilihat dari kenaikan rata-rata pengetahuan ibu menjadi 96 dengan skor terendah 80 dan skor tertinggi 100. Pengetahuan ibu menyusui setelah diberikan edukasi mengalami peningkatan dilihat dari skor yang diperoleh sebelum dan sesudah edukasi.

Kata Kunci: Edukasi, Booklet, ASI , Pengetahuan Ibu**ABSTRACT**

Breast milk is the best food for babies. The government has launched an exclusive breastfeeding program, but several mothers have not given exclusive breastfeeding to their babies due to the mother's lack of understanding regarding proper breastfeeding technique. This community service activity aims to increase the knowledge of breastfeeding mothers about how to properly breastfeed their babies, so that mothers can apply it, the breastfeeding process can run smoothly, and the coverage of exclusive breastfeeding increase. The community service program is carried out with an approach to breastfeeding mothers to educate using booklets about the properly of breastfeeding for babies. The activity began with giving a pre test

then giving education followed by a question and answer session and giving a post test in endline of the activity. The number of participants who involved this activity were 10 breastfeeding mothers in Dangkel Village. Monitoring and evaluation related to increasing knowledge from mothers in relation to education and assistance is carried out from the nutrition department of FKM UNDIP. The average knowledge of breastfeeding mothers about breastmilk and breastfeeding before education was 70 with the lowest score was 50 and the highest score was 90. After being given the material there was an increase in breastfeeding mother's knowledge seen from the increase in the average knowledge of breastfeeding mothers to 96 with the lowest score was 80 and highest score was 100. Knowledge of breastfeeding mothers after being given education has increased as seen from the scores obtained before and after education.

Keywords: Education, Booklets, Breastfeeding, Mother's Knowledge

1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik dan ideal untuk diberikan kepada bayi pada awal usia kehidupannya. ASI mengandung zat-zat yang sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan syaraf dan otak serta mengandung zat antibodi untuk melindungi bayi dari berbagai penyakit (Septikasari, 2018).

World Health Organization (WHO) dan United Nation Children's Fund (UNICEF) merekomendasikan bahwa pemberian hanya ASI saja pada bayi paling sedikit selama enam bulan kemudian makanan padat diberikan setelah berusia enam bulan dan pemberian ASI dilanjutkan sampai anak berusia dua tahun (Asnidawati, A., & Ramdhan, 2021). Hal ini didukung dengan adanya Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009, pada pasal 128 ayat (1) menyebutkan bahwa setiap bayi berhak mendapatkan Air Susu Ibu Eksklusif sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, kecuali atas indikasi medis (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan, 2009)

Berdasarkan data Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 menunjukkan bahwa cakupan ASI Eksklusif pada bayi usia <6 bulan sebesar 52,5% (Kemenkes RI, 2021). Angka ini sudah mencapai dari target indikator keberhasilan yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan RI untuk tahun 2021 sebesar 45% (Kemenkes RI, 2020).

Keberhasilan menyusui bayi secara eksklusif dipengaruhi oleh manajemen laktasi yang dilakukan ibu. Teknik menyusui yang baik dan benar merupakan cara pemberian ASI pada bayi dengan memperhatikan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar. Hal ini akan mempengaruhi kenyamanan bayi dalam menghisap ASI yang berpengaruh pada rangsangan produksi ASI selanjutnya (Subekti, 2019). Selain itu, dukungan baik dari keluarga, teman, masyarakat, petugas gizi, dan pemetintah juga mampu mengurangi berbagai tantangan ibu menyusui dan mengatasi keraguan ibu untuk menyusui bayi karena ibu yang menyusui memerlukan kondisi emosional yang stabil mengingat faktor psikologis dapat mempengaruhi produksi ASI. (Bakri, I., Sari, M. M., & Pertiwi, 2019; Riyanti, E., Nurlaila, N., & Astutiningrum, 2019)

Keberhasilan pemberian ASI dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah pengetahuan Ibu. Berdasarkan hasil penelitian yang

dilakukan oleh Anggraeni dkk. (2021) menunjukkan bahwa ada hubungan antara teknik menyusui yang benar dengan keberhasilan laktasi (p -value=0,000) (Anggraeni, W., Idayanti, T. I., & Sari, 2021). Hal ini juga sejalan dengan penelitian (2019) yang menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang cara menyusui yang benar dengan praktik menyusui pada primipara dengan nilai p value 0,000 (Cahyaningrum, F., & Mularsih, 2019). Seseorang yang mempunyai pengetahuan cara menyusui yang baik cenderung akan memiliki perilaku menyusui yang baik sehingga pemberian ASI pada bayi akan tercapai.

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010 dijelaskan bahwa 67,5% ibu yang gagal memberikan ASI Eksklusif pada bayinya karena kurangnya pemahaman Ibu mengenai teknik menyusui yang benar sehingga puting sering mengalami lecet dan retak. Keberhasilan menyusui harus diawali dengan kepekaan terhadap waktu yang tepat saat pemberian ASI (Faiqah, S., & Hamidiyanti, 2021). Berbagai permasalahan menyusui biasanya akan ditemui pada ibu yang baru memiliki anak pertama karena belum ada pengalaman menyusui sebelumnya. Permasalahan yang dihadapi seperti kesalahan meletakkan bayi pada payudara ketika menyusui dan kesalahan perlekatan bayi yang sering mengakibatkan masalah pada payudara dan tidak optimalnya produksi ASI. Oleh karena itu, keberhasilan menyusui dapat tercapai dengan cara memberikan pengetahuan pada ibu mengenai cara pemberian ASI pada bayi yang baik dan benar (Faiqah, S., & Hamidiyanti, 2021).

Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu menyusui tentang cara pemberian ASI pada bayi yang baik dan benar sehingga ibu dapat menerapkannya agar proses menyusui dapat berjalan dengan lancar dan cakupan pemberian ASI Eksklusif dapat meningkat.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Desa Dangkel merupakan wilayah yang berada di Kecamatan Parakan, Kabupaten Temanggung. Cakupan ASI Eksklusif untuk bayi 0-6 bulan di Kabupaten Temanggung dari tahun 2017-2019 sudah berada di atas target yaitu 82,2%, 84%, dan 86,03%. (Dinas Kesehatan Kabupaten Temanggung, 2018, 2019). Cakupan tersebut sudah melebihi target kabupaten yang berkisar sekitar 80%. Meskipun cakupan pemberian ASI Eksklusif selama beberapa tahun sudah sesuai target, namun kenyataan di lapangan khususnya di Desa Dangkel masih ditemukan praktik pemberian MPASI dini. Beberapa ibu memberikan makanan selain ASI sebelum bayi berusia 6 bulan. Makanan tersebut contohnya adalah biskuit. Hal tersebut menjadi indikator bahwa ibu tidak memberikan ASI Eksklusif kepada bayi sampai usianya 6 bulan. Munculnya permasalahan tersebut dapat dipengaruhi karena rendahnya pengetahuan ibu. Beberapa ibu juga belum mengetahui terkait pengertian ASI Eksklusif yang hanya memberikan ASI saja hingga bayi berusia 6 bulan. Oleh karena itu diperlukan edukasi kepada ibu menyusui terkait pemberian ASI yang baik dan benar di lokasi pengabdian.

Berdasarkan permasalahan yang ada maka diperoleh rumusan pertanyaan sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat pengetahuan ibu menyusui di Desa Dangkel sebelum dilakukan edukasi terkait pemberian ASI pada bayi?

2. Bagaimana tingkat pengetahuan ibu menyusui di Desa Dangkel setelah dilakukan edukasi terkait pemberian ASI pada bayi?



Dangkel
Kec. Parakan, Kabupaten Temanggung, Jawa Tengah

Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan

3. KAJIAN PUSTAKA

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber makanan yang sangat esensial bagi bayi usia 0-6 bulan. Bayi juga harus mendapatkan ASI eksklusif dalam masa 0-6 bulan yaitu hanya pemberian ASI saja tanpa ada tambahan sumber makanan/minuman lain termasuk tidak memberikan air putih kepada bayi. ASI mengandung gizi yang tinggi, lengkap, dan energi yang tepat bagi bayi. Bayi merupakan kelompok rentan yang dapat terserang penyakit dan infeksi. Namun, kandungan zat gizi pada ASI dapat membantu mencegah terjadinya infeksi pada bayi (Aswitami, 2019). Pemberian ASI Eksklusif telah terbukti dari beberapa penelitian dan telah melalui pengkajian dari *World Health Organization* (WHO) akan lebih baik dalam membantu pertumbuhan bayi dibandingkan bayi yang tidak ASI Eksklusif. Bayi dengan ASI eksklusif juga memiliki tingkat kekebalan dan kecerdasan emosional yang baik (Murti, 2016). Beberapa penelitian juga membuktikan bahwa bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif memiliki risiko yang lebih tinggi untuk menderita penyakit infeksi, diare, gangguan pernapasan, dan alergi dibandingkan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif (Laksmingsih et al., 2019).

United Nation Childrens Found (UNICEF) bersama WHO menyatakan bahwa pemberian ASI dalam menurunkan angka kematian dan angka kesakitan pada bayi terutama di negara berkembang. Pemberian ASI eksklusif dapat mencegah kematian balita sebesar 90% akibat diare dan infeksi saluran pernapasan akut. Berdasarkan kajian tersebut dapat diketahui bahwa ASI memiliki manfaat yang luar biasa bagi kesehatan bayi (Mahadewi & Heryana, 2020).

ASI mengandung zat gizi lengkap dan antibodi sebagai proteksi/perlindungan pada saluran pencernaan bayi. Terdapat 3 jenis ASI menurut waktu keluarnya, yang pertama adalah kolostrum. Kolostrum adalah asi yang keluar pertama kali dengan masa keluar pada hari ke 1-7. Kandungan gizi pada kolostrum antara lain protein, karbohidrat, lemak, vitamin, garam, dan mineral. Kolostrum lebih banyak mengandung protein dan sedikit karbohidrat. Kolostrum juga tinggi imunoglobulin. Biasanya jumlah kolostrum yang keluar dari ibu hanya sedikit namun tetap cukup

untuk memenuhi kebutuhan bayi baru lahir. Jenis ASI kedua adalah ASI masa transisi (7-14 hari) yang merupakan transisi dari kolostrum. Kandungannya berbeda dengan kolostrum yang mana proteinnya akan semakin menurun tetapi lemak, laktosa, vitamin, dan volumenya akan meningkat. Jenis ASI yang ketiga adalah ASI matur. ASI matur akan keluar pada hari ke-14 dan setelahnya. Sumber zat gizi dari ASI berasal dari sintesis di laktosit, dari makanan, dan dari simpanan zat gizi ibu. Kandungan dan komposisi ASI dapat berubah seiring dengan penambahan waktu. (Sembiring, 2022)

Pemberian ASI tidak hanya bermanfaat bagi bayi saja namun memiliki manfaat juga bagi ibu. Pemberian ASI akan meningkatkan hubungan psikologis yang baik antara ibu dan bayi. Pemberian ASI juga memberikan dukungan psikis bagi ibu karena ibu merasa bangga dapat memberikan kehidupan terbaik melalui menyusui untuk bayinya (Suciati & Wulandari, 2020). Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pemberian ASI kepada bayi. Faktor tersebut dapat berupa faktor internal maupun faktor eksternal. Faktor internal yang berasal dari ibu antara lain usia, paritas, pendidikan, pengetahuan, sikap, psikologis, sikap/perilaku, dan fisik ibu. Sedangkan faktor eksternalnya antara lain sosial ekonomi, dukungan/motivasi dari pihak lain termasuk suami dan keluarga, pekerjaan ibu, peranan tenaga kesehatan, promosi iklan susu formula (Amir et al., 2018; Bangun et al., 2020).

Konsep rencana program dalam pengabdian masyarakat ini adalah memberikan edukasi terkait pemberian ASI yang baik dan benar dengan menggunakan media booklet dengan sasaran sekelompok ibu menyusui. Penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa cakupan pemberian ASI Eksklusif yang rendah dapat berasal dari rendahnya pengetahuan ibu. Meskipun memang ada faktor lain seperti faktor sosial ekonomi, peran suami, keyakinan ibu, peran tenaga kesehatan, namun pengetahuan ibu menjadi salah satu faktor yang paling mempengaruhi sikap (Prastyoningsih et al., 2021). Pengetahuan ibu yang kurang juga menjadi faktor penghambat dalam keberhasilan praktik menyusui (Aswitami, 2019).

Beberapa penelitian telah mengungkapkan bahwa edukasi dalam meningkatkan pengetahuan ibu dan mendorong praktik menyusui yang baik. Menurut penelitian (Muharram, Ilham Faradillah et al., 2021) edukasi perlu dilakukan secara dua arah atau perlu adanya interaksi indera penglihatan dan indera pendengaran. Beberapa contoh edukasi yang efektif dengan melibatkan kedua indera tersebut salah satunya dengan booklet. Pemberi edukasi memberikan penjelasan bersamaan dengan subjek yang melihat booklet tersebut akan mempermudah penyerapan informasi. Penelitian (Aswitami, 2019) membuktikan adanya teori bahwa edukasi terkait ASI Eksklusif dapat meningkatkan pengetahuan dan praktik ASI Eksklusif dengan nilai $p=0,0001$ dan $p=0,008$. Keberhasilan dalam praktik ASI Eksklusif juga didukung oleh faktor lain seperti sikap ibu, komitmen, dan *self efficacy* ibu. Beberapa penelitian lain juga menjelaskan bahwa booklet menjadi media edukasi yang dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap karena menarik dan lebih mudah dipahami. Booklet yang dilengkapi dengan gambar-gambar akan lebih mudah dipahami, mudah diingat, dan dapat menarik perhatian (Laksminingsih et al., 2019). Dengan adanya kegiatan edukasi dengan booklet diharapkan pengetahuan ibu dapat meningkat sehingga dapat memberikan ASI Eksklusif dan mempraktikkan cara

pemberian ASI yang baik dan benar kepada bayi agar nantinya cakupan ASI Eksklusif di wilayah tersebut dapat lebih meningkat lagi.

4. METODE

Program pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan pendekatan pada ibu menyusui untuk melakukan edukasi tentang pemberian ASI pada bayi yang baik dan benar di Desa Dangkel, Kecamatan Parakan, Kabupaten Temanggung, Jawa Tengah. Kegiatan dilakukan pada bulan Agustus 2022 yang dimulai dengan pemberian *pre test* kemudian pemberian edukasi dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan diakhiri dengan pemberian *post test*. Edukasi dibantu dengan media booklet untuk mempermudah peserta dalam memahami informasi yang diberikan. Booklet tersebut memuat informasi lengkap mengenai ASI antara lain; konsep Air Susu Ibu (ASI), kandungan ASI, manfaat ASI, jenis-jenis ASI, posisi dan perlekatan menyusui yang benar, permasalahan menyusui dan solusinya, manajemen ASI perah, dan cara meningkatkan produksi ASI.

Kegiatan edukasi dilakukan dengan peserta sejumlah 10 ibu menyusui di Desa Dangkel. Monitoring dan evaluasi dengan soal *pre test* dan *post test* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dari ibu kaitannya dengan edukasi dan pendampingan yang dilakukan dari bagian gizi FKM UNDIP.

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

a) Karakteristik Responden

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dalam bentuk edukasi dengan metode ceramah interaktif yang di dalamnya terdapat kombinasi dari metode ceramah, tanya jawab, dan diskusi. Edukasi ini dilakukan di Desa Dangkel yang menjadi salah satu desa lokus fokus penanggulangan *stunting* Kabupaten Temanggung tahun 2022 dengan prevalensi *stunting* sebesar 29,27%. Responden yang terlibat berjumlah 10 orang ibu menyusui dengan gambaran umum peserta sebagai berikut.

Tabel 1
Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	%
Umur		
20-35 tahun	5	50
35-45 tahun	5	50
Tingkat Pendidikan		
SMA	9	90
PT	1	10
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga	9	90
Bekerja di luar rumah	1	10

b) Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pemberian materi dengan media booklet tentang pemberian ASI pada bayi yang baik dan benar meliputi konsep Air Susu Ibu (ASI), kandungan ASI, manfaat ASI,

jenis-jenis ASI, posisi dan perlekatan menyusui yang benar, permasalahan menyusui dan solusinya, manajemen ASI perah, dan cara meningkatkan produksi ASI.

Kegiatan ini diawali dengan *pre test* untuk mengukur pengetahuan responden sebelum dilakukan edukasi mengenai pemberian ASI pada bayi yang baik dan benar. *Pre test* dilakukan dengan mengisi 10 pertanyaan tertutup yang ada pada lembar soal dengan cara memberikan jawaban yang menurut responden benar.

Selanjutnya, pemberian edukasi dengan memberikan booklet kepada responden kemudian menjelaskan materi satu per satu materi yang ada di dalamnya kepada ibu menyusui. Setelah menjelaskan isi booklet, ibu diperlihatkan video mengenai cara menyusui bayi dan video mengenai cara memberikan ASI perah yang baik yang diperoleh dari youtube. Kemudian, sesi tanya jawab dibuka untuk memberikan kesempatan pada ibu untuk bertanya mengenai materi yang kurang dimengerti.

Kegiatan terakhir yaitu pemberian *post test* kepada ibu menyusui dengan menggunakan pertanyaan yang sama pada saat dilakukan *pre test*. *Post test* ini digunakan sebagai indikator keberhasilan edukasi apakah responden sudah memahami dengan baik materi yang telah disampaikan. *Post test* dilakukan dengan mengisi 10 pertanyaan tertutup yang ada pada lembar soal dengan cara memberikan jawaban yang menurut responden benar.

Adapun pelaksanaan kegiatan edukasi seperti terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Kegiatan Edukasi

Pelaksanaan kegiatan edukasi Pemberian ASI yang Baik dan Benar pada ibu dengan media booklet dan dibantu dengan media video dari youtube di Desa Dangkel sudah berlangsung dengan sangat baik. Pada saat pemberian edukasi responden mendengarkan secara antusias penjelasan materi yang diberikan dilihat dari keaktifan dalam

mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir dan menjawab pertanyaan yang diberikan oleh fasilitator.

c) Monitoring dan Evaluasi

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan melihat hasil dari *pre test* dan *post test* yang telah dikerjakan oleh ibu menyusui. Berikut ini hasil *pre test* dan *post test* dari 10 ibu menyusui berdasarkan 10 pertanyaan yang diberikan.

Tabel 2
Hasil *Pre test* dan *Post test*

No.	Nama Ibu	Skor <i>Pre test</i>	Skor <i>Post test</i>
1.	DAW	70	100
2.	SS	70	80
3.	S	90	100
4.	HL	70	100
5.	DS	70	100
6.	DHS	60	100
7.	GRP	70	90
8.	EM	50	90
9.	MF	60	100
10.	TW	90	100
Rata-Rata		70	96

Berdasarkan tabel skor hasil *pre* dan *post test* yang telah dilakukan diketahui bahwa semua skor responden mengalami peningkatan setelah diberikan edukasi. Rata-rata pengetahuan ibu menyusui mengenai ASI dan pemberian ASI sebelum dilakukan edukasi adalah 70 dengan skor terendah 50 dan skor tertinggi 90. Setelah diberikan materi terdapat kenaikan pengetahuan ibu dilihat dari kenaikan rata-rata pengetahuan ibu menjadi 96 dengan skor terendah 80 dan skor tertinggi 100.

Besar persentase kenaikan pengetahuan ibu dapat dihitung dengan cara membagi selisih rata-rata skor setelah edukasi dan rata-rata skor sebelum edukasi dengan rata-rata skor sebelum edukasi kemudian dikali 100% yang dihasilkan nilai peningkatan skor sebesar 37%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa adanya kegiatan edukasi tentang pemberian ASI pada bayi yang baik dan benar yang diberikan kepada ibu menyusui menjadikan pengetahuan menjadi semakin meningkat.

b. Pembahasan

Pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan ibu yang merupakan salah satu faktor predisposisi yang mendasari perilaku dan motivasi individu untuk berperilaku positif dalam memberikan ASI pada bayinya. Kemampuan ibu dalam menyusui dengan teknik yang benar sangat mendukung perilaku ibu dalam memberikan ASI kepada bayinya. Teknik menyusui dengan benar akan mempengaruhi pemberian ASI pada bayi. Kegagalan ibu pada saat memberikan ASI kepada bayinya disebabkan faktor ketidaktahuan ibu tentang cara menyusui dengan benar (Oktarina, O. O., & Wardhani, 2020). Menurut penelitian di Desa Pamotan, pengetahuan ibu

tentang ASI berhubungan dengan praktik pemberian ASI Eksklusif. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang ASI misalnya dengan mengetahui berbagai macam manfaat ASI cenderung akan memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya. (Aswitami, 2019).

Notoatmodjo (2012) mengemukakan bahwa pengetahuan merupakan hasil tahu pada seseorang setelah melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan dilakukan melalui pancaindra manusia meliputi penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Pengetahuan dapat diperoleh melalui pendidikan baik itu kurikuler, nonkurikuler, maupun ekstrakurikuler. Selain itu, pengetahuan juga dapat diperoleh dari pengetahuan orang lain, seperti mendengar, melihat langsung, dan melalui alat komunikasi seperti televisi, radio, buku, dan lain-lain (Notoatmodjo, 2012).

Pengetahuan berperan penting dalam membentuk tindakan seseorang termasuk Ibu yang memiliki anak usia bayi dimana Ibu perlu memiliki pengetahuan yang baik berkaitan dengan kesehatan dan gizi anak. Hal ini dikarenakan Ibu harus bisa memahami dan mengerti kebutuhan gizi yang perlu diberikan pada bayi seperti pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif sampai usia enam bulan. Pengetahuan Ibu yang baik mengenai pemberian gizi yang tepat pada bayi akan berdampak pada sikap dan perilaku yang baik pula dalam pemenuhan gizi bayi sehingga diharapkan anak memiliki status gizi yang baik yaitu tidak mengalami kekurangan atau kelebihan gizi (Setyaningsih, S. R., & Agustini, 2014).

Promosi kesehatan berupa pemberian pendidikan kesehatan melalui upaya edukasi merupakan salah satu cara yang dapat digunakan untuk menyebarkan informasi yang berkaitan dengan kesehatan dan gizi saat usia bayi terutama mengenai pemberian ASI Eksklusif dan manajemen ASI. Hasil yang diharapkan dari adanya pemberian edukasi tentang ASI dengan sasaran Ibu menyusui adalah peningkatan pengetahuan dan kemampuan dalam menerapkan pemberian ASI yang baik dan benar pada bayi. Pengetahuan Ibu yang baik akan mempengaruhi ketepatan posisi dan perlekatan saat menyusui, sebaliknya pengetahuan Ibu yang kurang akan menyebabkan ketidaktepatan posisi dan perlekatan saat menyusui. Ketepatan teknik memberikan ASI pada bayi ini akan memaksimalkan reflek bayi ketika sedang menyusu pada Ibu sehingga bayi akan memperoleh asupan gizi yang optimal dari ASI sesuai dengan kebutuhan gizinya. Pemenuhan kebutuhan gizi sejak usia dini yaitu bayi dapat menurunkan angka kematian dan kesakitan bayi, meningkatkan kekebalan bayi terhadap penyakit sehingga tidak mudah sakit, meningkatkan kemampuan kognitif, dan memiliki postur tubuh yang maksimal saat tumbuh dewasa (Ekayanthi, N. W. D., & Suryani, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Faiqah & Hamidiyanti (2021) menunjukkan bahwa ada pengaruh dari pendidikan kesehatan terhadap menyusui dengan baik dan benar dimana tingkat pengetahuan Ibu hamil tentang cara menyusui meliputi posisi dan perlekatan yang benar mengalami peningkatan setelah diberikan edukasi. Hasil kegiatan edukasi mendapatkan respon positif dari peserta yaitu adanya kenaikan tingkat pengetahuan dimana pengetahuan Ibu hamil yang baik sebelum diberikan edukasi sebesar 27,78% yang diperoleh dari hasil *pre test* kemudian setelah diberikan edukasi menjadi 66,67%. Teknik menyusui yang benar seringkali terabaikan karena kurangnya pemahaman ibu dalam memahami tata laksana yang benar mengenai pentingnya ASI, fisiologis menyusui, posisi

menyusui dan perlekatan yang baik sehingga bayi dapat menghisap secara efektif. Adanya pendidikan kesehatan yang dilakukan menjadi langkah awal dalam proses perubahan perilaku secara dinamis dalam mempengaruhi motivasi Ibu dalam menyusui pada bayi dengan teknik yang benar (Faiqah, S., & Hamidiyanti, 2021).

Hasil kegiatan pengabdian ini sejalan dengan penelitian (Aguszulkia, W., & Nurvinanda, 2020) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh pemberian edukasi kesehatan tentang ASI eksklusif, perawatan payudara, dan teknik menyusui yang benar di Bangka Belitung terhadap peningkatan pengetahuan Ibu hamil untuk mencapai keberhasilan pemberian ASI Eksklusif yang diketahui dari hasil *pre test* dan *post test*. Analisis dengan uji *t-test dependent* diketahui bahwa variabel pengetahuan ASI Eksklusif *pre test* dan *post test* (*p-value* 0,000), pengetahuan perawatan payudara *pre test* dan *post test* (*p-value* 0,001), dan pengetahuan teknik menyusui yang benar *pre test* dan *post test* (*p-value* 0,000). Hal tersebut membuktikan bahwa pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi berbeda yang berarti ada pengaruh positif intervensi pemberian edukasi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan Ibu hamil kaitanya dengan keberhasilan pemberian ASI Eksklusif.

Pendidikan kesehatan terkait edukasi gizi dapat dilakukan dengan suatu media untuk mendukung keberhasilannya. Media pendidikan adalah sarana yang sangat penting dari proses pembelajaran yang akan mendukung komponen-komponen lain dalam menyampaikan pesan-pesan kesehatan sehingga mampu memberikan informasi kesehatan yang sesuai dengan tingkat penerimaan. Ada beragam media yang dapat digunakan dalam pendidikan kesehatan, mulai dari yang tradisional yaitu mulut (lisan), bunyi-bunyian (kentongan), tulisan (cetak), sampai dengan media elektronik yang modern seperti televisi dan internet. Pada program edukasi, media cetak dianggap lebih efektif dalam menyampaikan informasi dan pendidikan gizi. Hal ini dikarenakan media cetak merupakan media statis yang mengutamakan pesan visual dalam menyampaikan pesan. Media ini terdiri dari lembaran yang memuat unsur sejumlah kata, gambar, atau foto yang disusun dalam tata warna dan halaman putih yaitu berupa poster, leaflet, majalah, modul, dan buku saku (*booklet*). Salah satu dari beberapa media cetak tersebut yang dapat digunakan sebagai alat bantu dalam program edukasi untuk Ibu menyusui adalah buku saku atau *booklet*. *Booklet* merupakan media untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku kecil, baik berupa tulisan maupun gambar. *Booklet* sebagai media pembelajaran yang efektif dan efisien yang berisikan pesan atau informasi penting yang dirancang secara unik dan jelas dengan bahasa yang mudah dipahami oleh sasaran dengan berbagai latar belakang pendidikan mulai pendidikan dasar sampai pendidikan tinggi sehingga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan efektivitas edukasi pada Ibu menyusui. (Zulaekah, 2012) Selain itu, kelebihan dari *booklet* yaitu mudah dibuat dengan biaya relatif murah dan lebih fleksibel untuk dibawa kemana saja karena ukurannya yang kecil serta informasi dapat dibagikan dengan keluarga atau teman (Siregar, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh (Rizqiea, 2019) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian *booklet* terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan Ibu dalam memberikan ASI Eksklusif di Puskesmas Gondangrejo, Kabupaten Karanganyar. Perbedaan pengetahuan dan keterampilan sebelum dan sesudah dilakukan edukasi menggunakan media

booklet yaitu terdapat 50 responden dengan hasil pengetahuan lebih baik setelah diberikan edukasi dibandingkan pengetahuan sebelum diberikan edukasi. Analisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon* diketahui bahwa nilai *p-value* 0,000 yang berarti nilai $p < 0,05$ sehingga membuktikan adanya perbedaan pengetahuan yang bermakna antara sebelum edukasi dengan sesudah edukasi. Media *booklet* dianggap terbukti mampu meningkatkan pengetahuan Ibu mengenai pemberian ASI Eksklusif termasuk dalam hal ini posisi dan perlekatan bayi yang benar saat menyusui karena media ini berisikan materi yang bahasanya mudah dimengerti dan tidak membosankan serta pesan yang disampaikan jelas yang dapat dibawa ke rumah.

Penelitian lain yang sejalan dengan hasil penelitian ini adalah penelitian dari (Iriyani, K., Chairunnisa, E., & Kamba, 2015) mengenai efektivitas media *booklet* ASI Eksklusif terhadap pengetahuan dan sikap Ibu tentang ASI Eksklusif dan praktik menyusui di Puskesmas Manggar Baru Balikpapan. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh media *booklet* ASI Eksklusif dengan pengetahuan dan sikap tentang praktik pemberian ASI Eksklusif sebelum dan sesudah perlakuan dengan peningkatan pengetahuan sebesar 13% dan peningkatan sikap sebesar 29%. Selain itu, hasil dari uji analisis menunjukkan bahwa nilai *p* baik pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah perlakuan masing-masing sebesar 0,034 dan 0,001 yang berarti *p-value* $< 0,05$ sehingga membuktikan adanya perbedaan pengetahuan dan sikap menyusui antara sebelum dan sesudah diberikan media *booklet*. Pengetahuan seseorang yang baik tidak hanya semata-mata tahu saja tapi juga mampu untuk memahami bahkan sampai menerapkan kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari dalam situasi atau kondisi yang sebenarnya (Iriyani, K., Chairunnisa, E., & Kamba, 2015).

Peningkatan pengetahuan Ibu mengenai pemberian ASI yang baik dan benar dengan edukasi menggunakan media *booklet* dipengaruhi oleh faktor-faktor baik dari *booklet* itu sendiri maupun kondisi individual sasaran. *Booklet* yang berisi materi yang jelas, tegas, dan mudah dimengerti dengan gambar yang mampu mengilustrasikan informasi dengan benar serta informasi yang diberikan terbaru dapat mempengaruhi hasil edukasi dengan *booklet*. Kondisi individual dalam hal ini Ibu menyusui harus berada dalam kondisi fisik dan psikologis yang optimal untuk dapat memahami materi yang disampaikan di dalam *booklet* (Siregar, 2020). Peran dari edukator dalam menjelaskan isi *booklet* juga mempengaruhi keberhasilan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman Ibu yaitu metode edukasi yang digunakan tidak hanya sekadar ceramah tapi juga ikut melibatkan peserta dalam interaksi dan memberikan kesempatan pada sasaran edukasi untuk mengajukan pertanyaan atau konfirmasi atau diskusi terhadap materi dari *booklet* yang telah disampaikan. Dengan demikian, penggunaan metode dan media yang tepat dapat mengubah perilaku ke arah yang diharapkan (Mukti, A. O., & Putri, 2021).

6. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini, dapat disimpulkan bahwa kegiatan edukasi tentang pemberian ASI pada bayi yang baik dan benar dapat memberikan pengaruh bagi peningkatan pengetahuan ibu ke arah yang lebih baik. Edukasi dapat berjalan dengan baik karena

dipengaruhi oleh beberapa faktor dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini salah satunya penggunaan media booklet yang efektif. Peningkatan skor *pre test* dan *post test* juga dapat menjadi indikator keberhasilan edukasi menggunakan booklet dalam kegiatan pengabdian ini. Edukasi menggunakan media booklet dapat mempermudah dalam penyampaian maupun penyerapan informasi karena disertai dengan gambar dan penjelasan. Saran untuk ibu menyusui diharapkan setelah memperoleh edukasi dapat melakukan tindak lanjut berupa menerapkan cara dan teknik pemberian ASI pada bayi yang baik dan benar. Ibu juga diharapkan dapat menambah pengetahuannya terkait pemberian ASI tidak hanya tarpaku pada materi yang diberikan pada saat edukasi. Rekomendasi untuk kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya adalah dapat melakukan edukasi kepada subjek lain misalnya anggota keluarga dari ibu agar dapat ikut serta mendukung ibu menyusui dalam pemberian ASI kepada bayi dengan baik dan benar. Pada intinya untuk mewujudkan pemberian ASI yang baik dan benar diperlukan peningkatan pengetahuan seluruh komponen dan kerjasama oleh berbagai pihak termasuk anggota keluarga, masyarakat, maupun tenaga kesehatan.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Aguszulikia, W., & Nurvinanda, R. (2020). Upaya pemberdayaan ibu hamil di bangka belitung untuk keberhasilan menyusui asi eksklusif. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 5(3), 598-604.
- Amir, A., Nursalim, N., & Widyansyah, A. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Asi Pada Bayi Neonatal Di Rsia Pertiwi Makassar. *Media Gizi Pangan*, 25(1), 47. <https://doi.org/10.32382/mgp.v25i1.59>
- Anggraeni, W., Idayanti, T. I., & Sari, K. I. P. (2021). Hubungan Teknik Menyusui dengan Keberhasilan Laktasi. *Journals of Ners Community*, 12(1), 43-49.
- Asnidawati, A., & Ramdhan, S. (2021). Hambatan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 156-162.
- Aswitami, N. G. A. P. (2019). Efektivitas Edukasi ASI Eksklusif Terhadap Pengetahuan dan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Nifas. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, 3(2), 40-45. <https://doi.org/10.36474/caring.v3i2.132>
- Bakri, I., Sari, M. M., & Pertiwi, F. D. (2019). Hubungan dukungan suami dengan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Sempur Kota Bogor Tahun 2018. *Promotor*, 2(1), 27-36.
- Bangun, S. M. B., Damanik, P. D., & Lubis, B. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Pekerja. *Jurnal Kesmas Dan Gizi (Jkg)*, 3(1), 73-80. <https://doi.org/10.35451/jkg.v3i1.500>
- Cahyaningrum, F., & Mularsih, S. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Cara Menyusui dengan Praktik Menyusui Pada Primipara di Puskesmas Brangsong II Kendal. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 2(1), 30-35.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Temanggung. (2018). Profil Kesehatan Temanggung 2018. *Profil Kesehatan Kabupaten Temanggung*, 1-193.

- Dinas Kesehatan Kabupaten Temanggung. (2019). *Laporan Kinerja Instansi Pemerintah Dinas Kesehatan Kabupaten Temanggung*. 1-191.
- Ekayanthi, N. W. D., & Suryani, P. (2019). Edukasi Gizi pada Ibu Hamil Mencegah Stunting pada Kelas Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 312-319.
- Faiqah, S., & Hamidiyanti, B. Y. F. (2021). Edukasi Posisi dan Perlekatan pada Saat Menyusui dalam Upaya Meningkatkan Keberhasilan ASI Eksklusif. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 3(1), 61-66.
- Iriyani, K., Chairunnisa, E., & Kamba, I. (2015). Effectiveness of booklet media on mothers' knowledge and attitude regarding exclusive breastfeeding and breastfeeding practice at Manggar Baru Health Center Balikpapan. *International Journal of Sciences: Basic and Applied Research*, 21, 11-15.
- Kemkes RI. (2020). *Pedoman Indikator Program Kesehatan Masyarakat dalam RPJMN dan Renstra Kementerian Kesehatan Tahun 2020-2024*. Kemkes RI.
- Kemkes RI. (2021). *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2021*. Kemkes RI.
- Laksmingsih, N. M. A., Astuti, I. W., & Triyani, N. G. A. (2019). Pengaruh Pendidikan ASI Eksklusif Dengan Booklet Pada Ibu yang Mempunyai Bayi Usia 0-4 Bulan Terhadap Pemberian ASI Eksklusif. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 7(3), 147-152.
- Mahadewi, E. P., & Heryana, A. (2020). Analisis Perilaku Pemberian ASI Eksklusif Di Puskesmas Bekasi. *Journal of Public Health;Gorontalo*, 3(1), 23-31.
- Muharram, Ilham Faradillah, A., Helvian, F. A., Sari, J. I., Artikel, H., Kunci, K., & Muharram, I. (2021). Pengaruh Edukasi MP-ASI Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu. *Ibnu Sina: Jurnal ...*, 20(2), 76-90. <https://www.jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/ibnusina/article/view/109%0Ahttps://www.jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/ibnusina/article/download/109/68%0AMakasar>
- Mukti, A. O., & Putri, W. A. K. (2021). Efektivitas Ceramah Interaktif Dua Arah Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Dan Pendamping Ibu Hamil Tentang Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Gizi Dan Kuliner*, 2(2), 23-32.
- Murti, A. M. (2016). Air Susu Ibu (ASI) eksklusif tanpa tambahan makanan Berdasarkan data memberikan ASI kepada bayi hingga Keuntungan pemberian Kesehatan Propinsi Jawa Tengah tahun 2010 , cakupan ASI eksklusif Menurut Kabupaten Dinas Kesehatan jumlah ibu Jawa Tengah sebesa. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 7(2), 115-122.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Oktarina, O. O., & Wardhani, Y. F. (2020). Perilaku pemenuhan gizi pada ibu menyusui di beberapa etnik di indonesia. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 22(4), 236-244.
- Prastyoningsih, A., Noor, F. A., Nurjanah, S., Pratiwi, E. N., & Pratiwi, A. M. (2021). Upaya Meningkatkan Keberhasilan ASI Eksklusif melalui Pemberdayaan Kader dengan Pemberian Edukasi Booklet "Sidara" (Laktasi Dan Perawatan Payudara). *Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 7-12. <http://e-journals2.unmul.ac.id/index.php/abdimasfkm/index>

- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan., (2009).
- Riyanti, E., Nurlaila, N., & Astutiningrum, D. (2019). Pengaruh Edukasi Breastfeeding Ibu Post Partum Terhadap Breasfeeding Self Efficacy. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 14(3), 96-104.
- Rizqiea, N. S. (2019). Pengaruh Pemberian Booklet Asi Eksklusif Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Ibu. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 8(1), 15-21.
- Sembiring, T. (2022). *Asi Eksklusif*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1046/asi-eksklusif#:~:text=Kolostrum mengandung protein tinggi 8,%25%2C dan vitamin larut lemak.
- Septikasari, M. (2018). *Status Gizi Anak dan Faktor yang Mempengaruhi*. UNY Press.
- Setyaningsih, S. R., & Agustini, N. (2014). Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu dalam Pemenuhan Gizi Balita: Sebuah Survei. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 17(3), 88-94.
- Siregar, P. A. (2020). *Promosi Kesehatan Lanjutan dalam Teori dan Aplikasi Edisi Pertama*. Kencana.
- Subekti, R. (2019). Teknik Menyusui yang Benar di Desa Wanaraja, Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 6(1), 45-49.
- Suciati, S., & Wulandari, S. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan*, 10(2), 1-6. <https://journal.unita.ac.id/index.php/bidan/article/view/406>
- Zulaekah, S. (2012). Pendidikan gizi dengan media booklet terhadap pengetahuan gizi. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 127-133.