

Perbedaan Pengetahuan Ibu Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Tentang ASI Eksklusif Di Kelurahan Lansot Kota Tomohon Provinsi Sulawesi Utara

Miracle Eukharistia Ampow¹, Yulianty Sanggelorang¹, Florianus Hans Matheus Mawo*¹, Anugrah Maya¹, Brevina Ostofin Tambuwun¹, Astrid Razkia Arbie¹, Stevanny Corputty¹, Mita Prasetya Mandanusa¹, Bill Farel Timpal¹, Sweetie Avril Regar¹, Dian Pratiwi Pasongka¹

¹Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi
*e-mail: mawoflorianush.m@gmail.com¹

Abstract

The main benefit of exclusive breastfeeding is that it supports both brain and physical development in infants. This is because, from birth to six months of age, babies should receive nutrition exclusively from breast milk. According to the 2018 Basic Health Research, only 37.3% of infants in Indonesia received exclusive breastfeeding, while in North Sulawesi Province, the coverage of exclusive breastfeeding in 2018 reached 64.95%. This relatively low percentage is primarily due to socio-cultural factors and a lack of awareness among pregnant mothers regarding the importance of exclusive breastfeeding. One effective method to improve maternal health knowledge is through education. This study aims to assess the difference in maternal knowledge before and after an intervention in the form of a health education session on exclusive breastfeeding in Lansot Village, Tomohon City, North Sulawesi Province. The intervention was conducted on August 26, 2024, in the form of an educational session on exclusive breastfeeding. Post-test results indicated a significant improvement in the knowledge of mothers who attended the session regarding the importance of exclusive breastfeeding for infants aged 0–6 months.

Keywords: Exclusive Breastfeeding; Mother; Education

Abstrak

Manfaat utama ASI eksklusif adalah mendukung perkembangan otak dan fisik bayi. Hal ini karena pada usia 0 hingga 6 bulan, bayi hanya boleh menerima nutrisi dari ASI. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, hanya 37,3% bayi di Indonesia yang mendapatkan ASI Eksklusif sedangkan di Provinsi Sulawesi Utara pada tahun 2018, cakupan pemberian ASI eksklusif sebanyak 64,95%. Rendahnya angka ini terutama disebabkan oleh faktor sosial budaya serta kurangnya pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya pemberian ASI Eksklusif. Salah satu metode untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang kesehatan adalah melalui penyuluhan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa penyuluhan tentang ASI eksklusif di Kelurahan Lansot Kota Tomohon Provinsi Sulawesi Utara. Intervensi dilakukan pada tanggal 26 Agustus 2024 berupa penyuluhan tentang ASI eksklusif. Hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu yang hadir dalam penyuluhan yang dilaksanakan mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif bagi bayi usia 0-6 bulan.

Kata kunci: ASI Eksklusif; Ibu; Penyuluhan

1. PENDAHULUAN

ASI Eksklusif merupakan pemberian ASI tanpa makanan tambahan atau minuman lain dan direkomendasikan hingga bayi berusia enam bulan. ASI Eksklusif merupakan sumber nutrisi optimal bagi bayi serta berperan dalam melindungi mereka dari berbagai jenis infeksi, serta memperlambat ikatan emosional yang mendukung perkembangan kesehatan dan kecerdasannya. Sementara bagi ibu, menyusui secara eksklusif dapat membantu mengurangi risiko pendarahan pascapersalinan, menunda kesuburan, serta mengurangi beban ekonomi keluarga (Utami Roesli, 2012). World Health Organization (WHO) dan United Nations Children's Fund (UNICEF) menyarankan agar ibu mulai menyusui bayinya dalam satu jam pertama setelah lahir dan melanjutkannya secara eksklusif hingga usia enam bulan. Setelah bayi berusia enam bulan, makanan pendamping dengan nutrisi yang cukup dan aman dapat diperkenalkan, sambil tetap melanjutkan pemberian ASI hingga usia dua tahun atau lebih (Yetiani et al.,

2020) Pemberian ASI eksklusif hingga usia enam bulan memberikan banyak manfaat bagi bayi. Secara umum, ASI memastikan bayi mendapatkan nutrisi yang optimal, baik dari segi kualitas maupun jumlahnya. Selain itu, ASI membantu meningkatkan kesehatan, mendukung perkembangan kecerdasan, serta memperlambat ikatan emosional antara ibu dan anak. Bayi yang mendapat ASI eksklusif cenderung tumbuh lebih sehat, memiliki kecerdasan intelektual yang lebih baik, kemampuan sosial yang lebih berkembang, serta kesadaran emosional dan spiritual yang lebih matang (Triwibowo & Humaira, 2016).

Pemberian ASI eksklusif oleh ibu berperan penting dalam memperkuat sistem kekebalan tubuh bayi, sehingga dapat melindunginya dari berbagai penyakit yang berisiko mengganggu kesehatannya. Selain itu, manfaat utama ASI eksklusif adalah mendukung perkembangan otak dan fisik bayi. Hal ini karena pada usia nol hingga enam bulan, bayi hanya boleh menerima nutrisi dari ASI, tanpa tambahan makanan atau minuman lain. Oleh sebab itu, asupan ASI selama enam bulan pertama kehidupan memberikan dampak besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi di masa mendatang. Sementara bagi ibu, menyusui juga bermanfaat dalam membantu pemulihan pasca melahirkan, termasuk mengurangi stres dan trauma persalinan (Alfaridh et al., 2021)

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, hanya 37,3% bayi di Indonesia yang menerima ASI eksklusif, sementara di Provinsi Sulawesi Utara pada tahun yang sama, cakupan pemberian ASI eksklusif mencapai 64,95%. Angka yang rendah ini terutama disebabkan oleh faktor sosial budaya serta keterbatasan pengetahuan ibu hamil, keluarga, dan masyarakat mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif. (Sutadi Lanyumba et al., 2019) .

Target cakupan prevalensi pemberian ASI eksklusif bagi bayi usia nol hingga enam bulan sebesar minimal 80% masih sulit dicapai. Bahkan, tren pemberian ASI eksklusif dari tahun ke tahun justru menunjukkan kecenderungan menurun. Beberapa faktor yang memengaruhi kondisi ini antara lain kurangnya dukungan sosial dari keluarga, khususnya suami, serta adanya mitos negatif mengenai ASI yang diturunkan secara turun-temurun, yang menyebabkan kesalahpahaman dan penghentian pemberian ASI eksklusif. Selain itu, rendahnya angka pemberian ASI eksklusif juga dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan ibu mengenai teknik menyusui yang benar, promosi susu formula yang masif, keterbatasan layanan konseling laktasi, serta kurangnya dukungan dari tenaga kesehatan dan masyarakat. Faktor lain yang turut berperan adalah kebijakan di tempat kerja yang belum sepenuhnya mendukung ibu menyusui, budaya pemberian makanan pralaktasi, serta anggapan bahwa ASI tidak cukup memenuhi kebutuhan gizi bayi hingga usia enam bulan (Widya Sari et al., 2018).

Rendahnya motivasi dan pemahaman ibu mengenai pentingnya ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi disebabkan oleh minimnya informasi dan pengetahuan mengenai manfaat serta kandungan nutrisi yang terkandung dalam ASI. Dalam program pemberian ASI eksklusif, peran ibu sangatlah krusial, karena seringkali ibu yang mengambil keputusan dalam pengasuhan anak, meskipun dukungan dari ayah juga memiliki peran yang tidak boleh diabaikan. Pemahaman ibu mengenai ASI eksklusif memiliki pengaruh besar terhadap proses menyusui, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti sosial, ekonomi, budaya, agama, pendidikan, dan pengalaman. Pengetahuan ini dapat diperoleh melalui berbagai sumber informasi, seperti media dan penyuluhan yang diberikan oleh tenaga Kesehatan (Pratiwi et al., 2020).

Salah satu metode untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang kesehatan adalah melalui penyuluhan, yang dapat memberikan dampak signifikan terhadap pemahaman ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Beberapa penelitian menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan ibu setelah dilakukannya penyuluhan. Penelitian (Pratiwi et al., 2020) diketahui sebelum dilakukan penyuluhan tentang ASI eksklusif di Posyandu Tanggul Asri RW 08, sebagian besar ibu belum memahami konsep ASI eksklusif. Namun, setelah penyuluhan dilakukan, pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif meningkat, terbukti dengan nilai rata-rata pengetahuan ibu-ibu di Posyandu Tanggul Asri RW 08 yang mencapai 75%.. Hasil yang sama di dapat oleh (Widya Sari et al., 2018) dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai p yaitu 0,000 ($p < 0,05$), artinya ada perbedaan tingkat pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang ASI eksklusif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang ASI eksklusif di Kelurahan Lansot Kota Tomohon Provinsi Sulawesi Utara.

2. METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini dimulai dengan analisis situasi, diikuti dengan identifikasi masalah, dan penentuan prioritas masalah. Selanjutnya, dilakukan pengembangan instrumen penelitian, survei/penelitian determinan masalah, serta pengumpulan database kesehatan. Sasaran dari pengabdian ini adalah masyarakat di Kelurahan Lansot, Kota Tomohon, Provinsi Sulawesi Utara, yang dilaksanakan melalui wawancara menggunakan kuesioner. Sasaran utama adalah ibu hamil, ibu menyusui, dan pasangan usia subur di Kelurahan Lansot, yang berjumlah 14 orang. Intervensi yang dilakukan berupa penyuluhan tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif bagi bayi usia nol hingga enam bulan, yang dilaksanakan pada tanggal 26 Agustus 2024. Pemberian edukasi dilakukan melalui penyuluhan dengan menggunakan media presentasi PowerPoint. Data primer yang dikumpulkan adalah pengetahuan tentang ASI eksklusif, yang diperoleh melalui kuesioner yang diberikan kepada responden sebelum dan sesudah penyuluhan. Analisis data univariat dilakukan untuk mendeskripsikan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kelurahan Lansot terletak di Kecamatan Tomohon Selatan yang memiliki luas wilayah 352,5 hektare. Analisis data sekunder yang didapatkan dari profil Puskesmas Lansot data PHBS tatanan rumah tangga Tahun 2024, sedangkan analisis data primer dikumpulkan melalui kuesioner yang berisi sejumlah pertanyaan terkait pemberian ASI eksklusif. Kuesioner ini mencakup berbagai aspek, mulai dari identitas responden, tingkat pendidikan, dan pekerjaan, hingga perilaku dalam memberikan ASI eksklusif. Selain itu, kuesioner juga menelusuri tingkat pengetahuan responden, paparan terhadap susu formula, dukungan dari suami dan keluarga, serta sejauh mana responden mendapatkan informasi mengenai ASI eksklusif.

Kegiatan ini dimulai dengan pembagian kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif sebelum diberikan penyuluhan. Setelah penyuluhan tentang ASI eksklusif diberikan, kuesioner yang sama dibagikan kembali untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan ibu. Responden yang terlibat dalam kegiatan ini berjumlah 14 orang.

Tabel 1. Hasil Pre-test dan Post-test Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif

Pengetahuan	Pre-Test	%	Post-Test	%
Baik	2	14,3	13	92,8
Kurang	12	85,7	1	7,2
Total	14	100	14	100

Berdasarkan tabel 1, pada bagian pre-test diketahui bahwa prevalensi masyarakat dengan pengetahuan baik hanya ada 2 orang (14,3%). Sementara itu, masyarakat yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 12 orang (85,7%). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa masyarakat Kelurahan Lansot memiliki pengetahuan yang minim tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif bagi bayi. Sedangkan pada hasil post-test prevalensi masyarakat dengan pengetahuan baik sebanyak 13 orang (92,8%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan oleh masyarakat yang hadir dalam penyuluhan yang dilaksanakan mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif bagi bayi usia 0-6 bulan.



Gambar 1. Pelaksanaan Pengabdian

Kegiatan penyuluhan ini dilatarbelakangi oleh masih rendahnya pemahaman ibu menyusui, ibu hamil, dan pasangan usia subur mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif bagi bayi usia 0–6 bulan. Oleh karena itu, diperlukan pengukuran tingkat pengetahuan masyarakat, khususnya kelompok tersebut, terkait manfaat dan pentingnya ASI eksklusif. Melalui penyuluhan ini, diharapkan masyarakat, khususnya di Kelurahan Lansot, semakin memahami dan menyadari pentingnya pemberian ASI eksklusif demi kesehatan dan perkembangan optimal bayi mereka.

Berdasarkan analisis univariat, berdasarkan data pada Tabel 1, terlihat adanya peningkatan pengetahuan ibu balita sebelum dan sesudah mengikuti penyuluhan tentang ASI eksklusif. Peningkatan ini terutama terlihat pada kategori pengetahuan yang baik, yang mengalami peningkatan dibandingkan dengan kondisi sebelum penyuluhan. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan berkontribusi positif dalam meningkatkan pemahaman ibu balita mengenai pentingnya ASI eksklusif. Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh (Widya Sari et al., 2018) di Puskesmas Sidomulyo RI, Kota Pekanbaru, pada Maret 2018 terhadap 60 responden, ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu tentang ASI sebelum dan sesudah penyuluhan, dengan $p\text{-value} < 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam pengetahuan ibu setelah diberikan penyuluhan tentang ASI eksklusif, sehingga dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan berperan dalam meningkatkan pemahaman ibu di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo RI, Kota Pekanbaru. Hal ini sesuai dengan pernyataan dari (Pratiwi et al., 2020) bahwa kurangnya motivasi dan pemahaman ibu tentang pentingnya ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi sering kali disebabkan oleh minimnya informasi dan pengetahuan mengenai manfaat serta kandungan nutrisi yang terdapat dalam ASI. Hal ini membuat banyak ibu belum sepenuhnya menyadari peran penting ASI dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal.

ASI eksklusif adalah pemberian ASI tanpa tambahan cairan atau makanan lain selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Ini berarti bayi hanya menerima ASI tanpa susu formula, jus, madu, teh, air putih, maupun makanan padat seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur nasi, atau nasi tim. Setelah usia enam bulan, bayi mulai diperkenalkan dengan Makanan Pendamping ASI (MPASI), sementara ASI tetap dapat diberikan hingga usia dua tahun. Pemberian ASI eksklusif bertujuan untuk mencegah risiko alergi dari makanan lain, karena pada usia di bawah enam bulan, sistem pencernaan bayi masih belum matang sepenuhnya (Pratiwi et al., 2020).

Salah satu faktor yang memengaruhi tingkat pengetahuan adalah sumber informasi, yang dapat diperoleh melalui berbagai media, seperti promosi kesehatan, media cetak, dan media elektronik. Akses terhadap informasi dari berbagai sumber ini berperan penting dalam membentuk dan meningkatkan pemahaman seseorang terhadap suatu topik, termasuk pentingnya ASI eksklusif. Pengetahuan dapat diperoleh melalui pengalaman langsung maupun dari pengalaman orang lain. Dalam kegiatan ini, penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah, yaitu menyampaikan informasi secara lisan kepada sekelompok peserta, disertai diskusi dan sesi tanya jawab agar responden lebih mudah memahami materi

yang diberikan. Selain itu, materi penyuluhan juga disajikan melalui PowerPoint berisi informasi penting tentang ASI eksklusif dengan bantuan media proyektor (Infocus) untuk mempermudah pemahaman peserta.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan ini adalah terdapat perbedaan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang ASI eksklusif di Kelurahan Lansot, Kota Tomohon, Sulawesi Utara. Diharapkan para ibu dapat menemukan solusi untuk tetap memberikan ASI kepada bayi, sehingga kebutuhan gizi bayi dapat terpenuhi dengan baik dan terjalin ikatan yang lebih erat antara ibu dan anak. Selain itu, ibu-ibu juga diharapkan lebih proaktif dalam mencari informasi mengenai pentingnya ASI eksklusif serta mengikuti konseling laktasi jika diperlukan. Sementara itu, tenaga kesehatan diharapkan untuk terus meningkatkan edukasi kepada masyarakat melalui penyuluhan tentang ASI eksklusif, guna mendukung keberhasilan program pemberian ASI eksklusif secara luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfaridh, A. Y., Azizah, A. N., Ramadhanyngtyas, A., Maghfiroh, D. F., Amaria, H., Mubarakah, K., Arifatuddina, M., Shafira, N., Widyasanti, N., Kumala, S. S., Program, A. N., Ilmu, S., Maskarakat, K., & Masyarakat, K. (2021). Peningkatan Kesadaran dan Pengetahuan tentang ASI Eksklusif pada Remaja dan Ibu dengan Penyuluhan serta Pembentukan Kader Melalui Komunitas "CITALIA." *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat (Pengmaskemas)*, 1(2), 119–127. <https://doi.org/10.5643/pengmaskemas.v1i2/5643>
- Pratiwi, E., Nurjanah, S., & Windiyani, W. (2020). *Penyuluhan Kesehatan Tentang Stimulus Pemberian Asi Eksklusif Dengan Media Leaflet Di Posyandu Tanggul Asri Rw 08 Desa Clolo Kota Surakarta*. 1(2).
- Sutadi Lanyumba, F., Dianomo, E., Ebu, Z. Y., Yalisi, R., & Sattu, M. (2019). Pengaruh Penyuluhan Asi Eksklusif Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Ibu Balita Di Kecamatan Balantak Selatan Kabupaten Banggai. *Public Health Journal*. <https://journal.fkm-untika.ac.id/index.php/phj>
- Triwibowo, C., & Humaira, W. (2016). Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Asi Eksklusif di Posyandu Cempaka II Puskesmas Pembantu Kwala Bekala Medan Tahun 2015. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup*, 1, 29–37.
- Utami Roesli. (2012). *Inisiasi Menyusui Dini Plus ASI Eksklusif*. Pustaka Bunda.
- Widya Sari, T., Sri Wulandari, F., Habib Hidayat, M., Amelia, N., Nasution, S., & Yuriati, Y. (2018). The Difference In Knowledge Before And After Giving Counseling About Exclusive Breastfeeding In Sidomulyo Health Center Working Area Pekanbaru City 2018. In *Collaborative Medical Journal (CMJ)* (Vol. 1).
- Yetiani, N., Diii Kebidanan, P., Kapuas, S., Sintang, R., Barat, K., & Korespondensi, I. *. (2020). Pengaruh Penyuluhan Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu. In *Jurnal Dunia Kesmas* (Vol. 9, Issue 3). Online. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/duniakesmas/index>