

**PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU TENTANG PENTINGNYA ASI EKSKLUSIF*****IMPROVING MOTHERS' KNOWLEDGE ABOUT THE IMPORTANCE OF EXCLUSIVE BREASTFEEDING*****Yulianti Hayati<sup>1</sup>**<sup>1</sup>Akademi Kebidanan Bakti Indonesia Bogor

\*Email korespondensi: Yuliantihayati117@gmail.com

**ABSTRAK**

**Pendahuluan:** Masih banyak ibu menyusui yang tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya karena berbagai faktor yang memengaruhi, salah satunya adalah rendahnya tingkat pengetahuan ibu. Pengetahuan merupakan faktor penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif, karena ibu yang memiliki pengetahuan baik cenderung lebih mampu memahami manfaat, teknik menyusui, serta pentingnya pemberian ASI secara optimal. **Metode:** metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah penyuluhan, dimana sebelum penyuluhan peserta diberikan kuesioner untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan peserta terhadap ASI Eksklusif. **Hasil:** Hasil yang dicapai setelah mengikuti penyuluhan dan diskusi masyarakat mengetahui peningkatan terhadap ASI Eksklusif. **Kesimpulan:** Adapun kesimpulan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah bahwa pelaksanaan edukasi melalui metode ceramah, dan pemberian leaflet sebagai bahan bacaan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai ASI eksklusif.

**Kata Kunci :** ASI Eksklusif, Ibu Menyusui, Pengetahuan**ABSTRACT**

**Introduction:** There are still many breastfeeding mothers who do not provide exclusive breastfeeding to their babies due to various influencing factors, one of which is the low level of knowledge of mothers. Knowledge is an important factor in the success of exclusive breastfeeding, because mothers who have good knowledge tend to be better able to understand the benefits, breastfeeding techniques, and the importance of optimal breastfeeding. **Method:** The method used in this community service is counseling, where before the counseling, participants were given a questionnaire to determine the extent of participants' knowledge of exclusive breastfeeding. **Results:** The results achieved after participating in counseling and community discussions showed an increase in exclusive breastfeeding. **Conclusion:** The conclusion of this community service activity is that the implementation of education through lecture methods and the provision of leaflets as reading material is effective in increasing the knowledge of pregnant women about exclusive breastfeeding.

**Keywords:** Exclusive Breastfeeding, Breastfeeding Mothers, Knowledge**PENDAHULUAN**

Air susu ibu (ASI) adalah makanan terbaik bagi bayi baru lahir karena mengandung seluruh zat gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal selama enam bulan pertama kehidupan. ASI eksklusif diberikan tanpa tambahan makanan atau minuman lain dan telah terbukti mampu memenuhi kebutuhan nutrisi bayi secara lengkap serta mendukung pertumbuhan yang optimal (Widyawati et al., 2024; Andini et al., 2024). Selain itu, kandungan nutrisi dan komponen bioaktif dalam ASI berperan penting dalam meningkatkan sistem imun serta perkembangan bayi secara menyeluruh.

Laporan dari World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa praktik pemberian makan bayi dan anak yang tidak tepat berkontribusi terhadap tingginya angka kematian anak, dengan sekitar 1,5 juta kematian anak setiap tahunnya terkait masalah tersebut (WHO, 2021). Secara global, cakupan pemberian ASI eksklusif masih tergolong rendah, di mana hanya sekitar 42% bayi usia kurang dari enam bulan yang mendapatkan ASI eksklusif, masih jauh dari target global sebesar 70–75% (WHO, UNICEF, & World Bank, 2021). Selain itu, praktik pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang tidak tepat, baik dari segi keamanan maupun kecukupan gizi, juga menjadi masalah yang umum terjadi di berbagai negara berkembang (UNICEF, 2020).

Di Indonesia, persentase bayi usia kurang dari enam bulan yang mendapatkan ASI eksklusif menunjukkan tren peningkatan dalam beberapa tahun terakhir. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa cakupan ASI eksklusif mencapai 66,99% pada tahun 2019, meningkat menjadi 69,2% pada tahun 2020, dan kembali meningkat menjadi 71,58% pada tahun 2022 (BPS, 2023).

Menurut data yang dihimpun oleh Dinas Kesehatan Kabupaten Bogor, cakupan pemberian ASI eksklusif di Kabupaten Bogor pada tahun 2021 sebesar 45,52%, yang menunjukkan bahwa kurang dari setengah bayi telah mendapatkan ASI eksklusif. Capaian ini masih berada di bawah rata-rata cakupan ASI eksklusif di Provinsi Jawa Barat, sehingga menunjukkan perlunya peningkatan upaya promosi dan dukungan terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif di tingkat daerah (Dinas Kesehatan Kabupaten Bogor, 2022; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Masih banyak ibu menyusui yang tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya karena berbagai faktor yang memengaruhi, salah satunya adalah rendahnya tingkat pengetahuan ibu. Pengetahuan merupakan faktor penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif, karena ibu yang memiliki pengetahuan baik cenderung lebih mampu memahami manfaat, teknik menyusui, serta pentingnya pemberian ASI secara optimal (Sari et al., 2021; Ningsih et al., 2022). Sebaliknya, ibu dengan pengetahuan yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya (Putri et al., 2020).

Berdasarkan data yang telah dipaparkan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif masih belum optimal, sehingga diperlukan upaya peningkatan melalui pelayanan kesehatan. Upaya tersebut dapat dilakukan dengan meningkatkan pengetahuan, sikap, serta efikasi diri ibu dalam menyusui melalui edukasi, konseling, dan dukungan tenaga kesehatan (World Health Organization, 2021; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Berdasarkan uraian tersebut, pengabdian memiliki ketertarikan untuk melaksanakan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan judul “Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Pentingnya ASI Eksklusif”. Kegiatan ini merupakan salah satu upaya awal dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif melalui kegiatan edukasi yang terstruktur dan berkesinambungan. Diharapkan melalui kegiatan ini, ibu hamil dapat memahami manfaat ASI eksklusif secara optimal sehingga mampu menerapkannya setelah masa persalinan

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan secara langsung kepada sasaran yang bertempat di Desa Benteng, Kecamatan Ciampea, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 15 Agustus 2025 dengan jumlah sasaran sebanyak 35 orang ibu hamil trimester III yang dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan. Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yaitu sebagai berikut:

### 1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan diawali dengan pertemuan dengan kepala Desa Benteng. Pertemuan ini bertujuan untuk menyampaikan maksud dan tujuan kegiatan serta memperoleh izin pelaksanaan pengabdian. Selain itu, pada tahap ini juga dilakukan penentuan jadwal kegiatan, metode yang digunakan, jumlah sasaran, serta lokasi pelaksanaan kegiatan.

### 2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan kegiatan terdiri atas beberapa sub-tahapan, yaitu:

#### a. Pre-test

Kegiatan diawali dengan pemberian kuesioner pre-test kepada sasaran sebelum intervensi diberikan. Pre-test bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan awal ibu hamil mengenai ASI eksklusif. Kuesioner dikerjakan selama 15 menit dan terdiri dari 10 pertanyaan.

#### b. Pemberian Intervensi (Edukasi)

tahap ini, sasaran diberikan materi dan informasi terkait ASI eksklusif. Penyampaian materi dilakukan menggunakan metode ceramah dan tanya jawab, serta pembagian leaflet mengenai ASI eksklusif.

#### c. Post-test

Setelah pemberian materi, sasaran diberikan kuesioner post-test untuk mengukur tingkat pemahaman setelah intervensi. Kuesioner dikerjakan selama 15 menit dengan menggunakan instrumen yang sama seperti pada pre-test, yaitu terdiri dari 10

pertanyaan.

Media yang digunakan dalam tahap pelaksanaan meliputi kuesioner, laptop, LCD, PowerPoint (PPT), serta leaflet.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil pengetahuan ibu hamil tentang ASI Eksklusif

Pengetahuan responden	<i>Pre-Test</i>		<i>Post-Test</i>	
	n	%	n	%
Baik	10	28,57	26	74,28
Cukup	5	14,29	5	14,28
Kurang	20	57,14	4	11,42
Total	35	100	35	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan hasil *pre-test* sebagian responden berpengetahuan kurang sebanyak 20 (57,14%). Sementara hasil *post-test* sebagian besar responden berpengetahuan baik sebanyak 26 (74,28%). Pelaksanaan penyuluhan yang diberikan kepada ibu hamil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan mengenai ASI eksklusif. Hal ini terlihat dari hasil kuesioner yang diberikan sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) kegiatan penyuluhan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan, di mana mayoritas ibu hamil telah memahami pentingnya pemberian ASI eksklusif bagi kesehatan bayi maupun ibu. Meskipun demikian, masih terdapat sebagian kecil ibu hamil yang belum mampu menjawab dengan benar beberapa pernyataan, khususnya yang berkaitan dengan komponen ASI dan manfaatnya.

Hasil pengabdian ini sejalan dengan penelitian Dermawani Damanik (2020) yang menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif. Penelitian tersebut menyatakan bahwa “*terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif*” (Damanik, 2020). Hal ini didukung oleh penelitian lain yang menyebutkan bahwa “*ibu dengan tingkat pengetahuan yang baik memiliki peluang lebih besar untuk memberikan ASI eksklusif dibandingkan dengan ibu yang memiliki pengetahuan kurang*” (Efliani et al., 2022). Selain itu, penelitian oleh Arsini et al. (2023) juga menjelaskan bahwa “*pengetahuan ibu merupakan faktor yang berhubungan secara signifikan dengan perilaku pemberian ASI eksklusif*”.

## SIMPULAN DAN SARAN

Adapun kesimpulan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah bahwa pelaksanaan edukasi melalui metode ceramah, dan pemberian leaflet sebagai bahan bacaan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai ASI eksklusif. Hal ini

ditunjukkan oleh adanya peningkatan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Sebelum diberikan intervensi, hanya sebesar 28,57% ibu hamil yang memiliki kategori pengetahuan baik. Setelah diberikan intervensi, persentase tersebut meningkat secara signifikan menjadi 74,28% dengan kategori pengetahuan baik.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arsini, N. M. A., Purnamayanthi, P. P. I., & Karuniadi, I. G. A. M. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif dengan perilaku pemberian ASI eksklusif. *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM Mataram*. <https://journal.ummat.ac.id/index.php/MJ/article/view/22120>
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Profil statistik kesehatan 2023*. <https://www.bps.go.id>
- Damanik, D. (2020). Hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Perdagangan Kabupaten Simalungun. *Jurnal Keperawatan Priority*, 3(1), 58–65. <https://doi.org/10.34012/jukep.v3i1.798>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Bogor. (2022). *Profil kesehatan Kabupaten Bogor tahun 2021*. Pemerintah Kabupaten Bogor.
- Dwiantini, F., Pamungkasari, E. P., & Adriani, R. B. (2024). Meta analysis: Effect of exclusive breastfeeding on child's development. *Journal of Maternal and Child Health*, 9(1), 47–61. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2024.09.01.05>
- Efliani, D., Permanasari, I., & Nurhayati. (2022). Hubungan pengetahuan ibu dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. *Al-Asalmiya Nursing: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 11(2), 202–207. <https://doi.org/10.35328/keperawatan.v11i2.2170>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2021*. Kementerian Kesehatan RI. <https://www.kemkes.go.id>
- Nasir, M. (2024). The benefits of exclusive breastfeeding: A comprehensive literature review. *i-manager's Journal on Nursing*, 13(4), 21–26. <https://doi.org/10.26634/jnur.13.4.20156>
- Ningsih, S., Rahmawati, D., & Lestari, R. (2022). Faktor-faktor yang memengaruhi pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 16(2), 85–92.
- Putri, A. R., Sari, D. K., & Handayani, L. (2020). Hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 45–50.
- Sari, M., Yuliana, E., & Fitriani, N. (2021). Pengaruh pengetahuan ibu terhadap keberhasilan ASI eksklusif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 23–30.
- United Nations Children's Fund. (2020). *Improving young children's diets during the complementary feeding period*. <https://www.unicef.org>
- Widyawati, S. A., Afandi, A., & Wahyuni, S. (2024). Faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. *Indonesian Journal of Midwifery*, 7(1), 106–114. <https://doi.org/10.35473/ijm.v7i1.3254>

World Health Organization, United Nations Children's Fund, & World Bank Group. (2021). *Levels and trends in child malnutrition: Key findings of the 2021 edition*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240025257>

World Health Organization. (2021). *Infant and young child feeding*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>