

# Edukasi Suportif Tentang Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Post Partum

<sup>1</sup>\*Mariani, <sup>2</sup>Iin Aini Isnawati

<sup>1</sup>D3 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Hafshawaty, Probolinggo, Indonesia

<sup>2</sup>S1 Keperawatan/ Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Hafshawaty, Probolinggo, Indonesia

\*Corresponding Author

E-mail: [mariakenby@gmail.com](mailto:mariakenby@gmail.com)

Received:  
19 Januari 2026

Revised:  
22 Januari 2026

Accepted:  
29 Maret 2026.

Published:  
30 Maret 2026

## Abstrak

ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi yang memiliki banyak manfaat bagi ibu maupun bayi, namun demikian capaian pemberian ASI eksklusif masih belum memenuhi target. Salah satu penyebabnya yaitu masih kurangnya pengetahuan dan pemahaman ibu tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif, kurangnya persiapan sejak masa kehamilan serta dukungan keluarga belum maksimal. Program peningkatan capaian pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu program prioritas, karena pemberian ASI eksklusif memberikan dampak sangat besar terhadap kesehatan dan status gizi balita, terutama mencegah stunting. Oleh sebab itu, permasalahan tersebut dapat di selesaikan dengan melaksanakan intervensi edukatif suportif sebagai upaya membantu keberhasilan pemberian ASI Eksklusif pada ibu post partum. Tujuan pengabdian ini yaitu meningkatkan pengetahuan ibu post partum tentang pemberian ASI Eksklusif. Metode yang digunakan yaitu pendidikan kesehatan dan demonstrasi. Indikator keberhasilan dari program kemitraan masyarakat ini adalah peran dan partisipasi aktif dari peserta, adanya peningkatan pengetahuan tentang ASI eksklusif dan kemampuan ibu post partum mendemonstrasikan cara menyusui yang benar sehingga dapat membantu meningkatkan capaian pemberian ASI eksklusif. Hasil dari kegiatan PKM ini yaitu pengetahuan ibu post partum tentang pemberian ASI eksklusif sebelum diberikan edukasi yaitu sebagian besar 63% cukup dan kurang mampu mendemonstrasikan cara menyusui yang benar, setelah diberikan edukasi sebagian besar pengetahuan ibu meningkat menjadi 84% baik, serta mampu mendemonstrasikan cara menyusui yang benar dengan baik.

Kata kunci: ASI eksklusif, edukasi suportif, post partum

---

## PENDAHULUAN

Program peningkatan capaian pemberian Air susu ibu (ASI) terutama ASI eksklusif merupakan program prioritas, karena pemberian ASI eksklusif dapat memberikan dampak yang sangat besar terhadap kesehatan dan status gizi balita. Hal ini juga telah didukung oleh konferensi tingkat tinggi tentang kesejahteraan anak dengan menyepakati bahwa semua keluarga harus mengetahui arti penting dalam mendukung pemberian ASI saja selama enam bulan pada kehidupan pertama bagi anak. Pemberian Air Susu Ibu atau ASI bagi bayi sangat banyak manfaatnya. Karena ASI merupakan makanan terbaik dengan gizi lengkap, mulai dari air, protein, karbohidrat, lemak, vitamin, mineral, zat antibodi, dan enzim. Dimana secara fisiologis tubuh ibu sudah disiapkan bisa memberikan ASI saat bayi lahir ke dunia. Kandungan ASI sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang bayi, seperti perkembangan otak dan mata. Oleh karena itu, para ibu sebaiknya dapat menjaga kualitas nutrisi ASI dengan memerhatikan cara memberikan ASI yang sesuai rekomendasi.

Indonesia, berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, persentase bayi usia 0-6 bulan yang mendapat ASI eksklusif adalah 55,5%. Data Kemenkes RI tahun 2023 menunjukkan bahwa cakupan bayi yang mendapat ASI eksklusif sebesar 69,70% di tahun 2022 dan 70,01% di tahun 2023 sehingga Indonesia menempati peringkat 49 dari 51 negara. Sedangkan Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2023 menyebutkan bahwa bayi berusia kurang dari enam bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di Indonesia sebanyak 50,85% atau hanya setengah dari 2,5 juta. Cakupan bayi yang

mendapat ASI Eksklusif sampai usia 6 bulan di Jawa Timur tahun 2023 sebesar 74,8%. Cakupan tersebut mengalami kenaikan dari tahun 2022 yaitu sebesar 67%. Berdasarkan data cakupan ASI eksklusif di Kabupaten Probolinggo sebanyak 66,64% yang seharusnya pemberian ASI eksklusif dari target Millenium Development Goals (MDGs) yaitu mencapai 80%. (Profil Kesehatan Propinsi Jawa Timur, 2023).

Peran ibu post partum yang segera memberikan ASI pada bayinya akan menentukan kualitas ASI selanjutnya. Bayi yang bingung puting, bayi sering rewel dan produksi ASI yang kurang disebabkan karena pengetahuan dan pemahaman ibu yang kurang terhadap proses menyusui. Ibu sebagai pelopor peningkatan kualitas sumbu daya manusia Indonesia, patut untuk meningkatkan pengetahuannya serta menyadari akan pentingnya pemberian ASI eksklusif. Setiap ibu pasca melahirkan secara naluri mampu menjalankan tugasnya untuk menyusui bayinya. Namun demikian, untuk mempraktikkan bagaimana menyusui yang baik dan benar setiap ibu perlu mempelajarinya. Karena setiap bayi lahir merupakan individu tersendiri, yang mempunyai variasi dan spesifikasi sendiri. Oleh sebab itu, breastfeeding self-efficacy menjadi faktor penting bagi ibu untuk berhasil memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan (Shafaei, F. S., Mirghafourvand, M., & Havizari, 2020). Disamping itu, juga perlu adanya sosialisasi dan edukasi baik pada ibu hamil, ibu menyusui serta keluarganya tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif. Karena sampai saat ini, faktanya capaian pemberian ASI eksklusif masih belum bisa terpenuhi sesuai targetnya. Faktor utama penyebab rendahnya cakupan IMD dan ASI eksklusif yaitu lemahnya komitmen pemerintah, dukungan keluarga, pendidikan dan pekerjaan ibu, tidak aktifnya konseling ASI, bayi lahir tidak cukup bulan serta faktor budaya. (Haripin Togap Sinaga, Marni Siregar, 2020).

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan atau pemahaman dan keberhasilan pemberian ASI Eksklusif yaitu dengan memberikan intervensi Edukasi suportif untuk meningkatkan pengetahuan dan keyakinan diri atau self efficacy ibu post partum untuk membantu agar ibu berhasil menyusui bayinya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kim, J. H. et al. (2020), menunjukkan bahwa Intervensi edukasi suportif menunjukkan peningkatan keberhasilan menyusui eksklusif secara signifikan. Kegiatan edukatif merupakan sistem bantuan yang diberikan pada ibu yang membutuhkan dukungan pendidikan dengan harapan ibu mampu melakukan perawatan secara mandiri. Kegiatan ini dilakukan dengan tujuan supaya pengetahuan ibu meningkat dan ibu mampu memberikan ASI Eksklusif setelah diberikan edukasi supportif. Kurangnya pengetahuan ibu tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif; Kurangnya pengetahuan ibu tentang tehnik menyusui yang benar dan cara menyusui bayi yang benar; Kurangnya pengetahuan ibu tentang cara mengatasi permasalahan seputar menyusui

## **METODE**

Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan dilaksanakan di Posyandu Desa Karangbong Pajajaran Kabupaten Probolinggo. Demi kelancaran pelaksanaan kegiatan ini, kami melakukan kerja sama dengan bidan setempat dan kader serta dibantu oleh mahasiswa untuk melakukan pendidikan kesehatan. Peserta yang mengikuti kegiatan ini adalah menyusui yang ada di wilayah kerja Puskesmas Pajajaran. Pelaksanaan pendidikan kesehatan ini memanfaatkan ruang yang ada di balai desa dengan harapan mampu membuat suasana yang nyaman sehingga peserta dapat lebih santai. Kegiatan ini dilakukan selama 2 hari pada tanggal 11 dan 12 Februari 2025. Sasaran peserta pengabdian masyarakat ini adalah ibu post partum dan ibu menyusui yang ada di posyandu desa karangbong sebanyak 35 orang.

Adapun tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian sebagai berikut :

1. **Persiapan**

Melakukan koordinasi dengan mitra, mengurus perijinan kegiatan pengabdian ke kepala puskesmas dan bidan desa, mengurus perijinan ke Bakesbangpol, mempersiapkan alat, membuat daftar hadir dan berita acara serta undangan, selanjutnya mengurus administrasi

2. **Sosialisasi**

Pelaksanaan sosialisasi dilakukan melalui pemaparan terkait program kegiatan yang akan dilaksanakan oleh tim PKM, sehingga mitra mengerti tentang rencana program kegiatan yang akan dilakukan.

Dengan adanya sosialisasi ini diharapkan dapat mengerti dan memahami serta bersedia memberikan dukungan dan bersedia komitmen terhadap pelaksanaan kegiatan yang akan dilakukan.

3. Pelaksanaan

Metode yang akan digunakan dalam kegiatan ini yaitu dengan memberikan:

- a. Ceramah, diskusi dan tanya jawab (penyuluhan atau edukasi), melalui Pemaparan materi secara teoritik tentang pengertian ASI, ASI eksklusif, manfaat ASI, manfaat kolostrom, komposisi ASI, nutrisi ibu hamil dan bahaya pemberian susu formula bagi bayi, persiapan antenatal untuk menyusui, anatomi payudara, manfaat menyusui, tehnik menyusui yang baik dan benar, posisi menyusui, perawatan payudara, cara pemerah ASI, cara menyimpan ASI perah, cara memberikan ASI perah, dan gizi ibu menyusui serta cara mengatasi payudara bengkak, puting lecet, puting tenggelam, abses payudara, ASI keluar sedikit.

- b. Praktek (demonstrasi)

Praktik secara langsung ini dilakukan untuk meningkatkan kemampuan dan keberhasilan ibu menyusui. Kegiatan ini dilakukan oleh tim PKM dengan mendemonstrasikan cara perawatan payudara pada ibu menyusui dan tehnik menyusui yang baik dan benar.

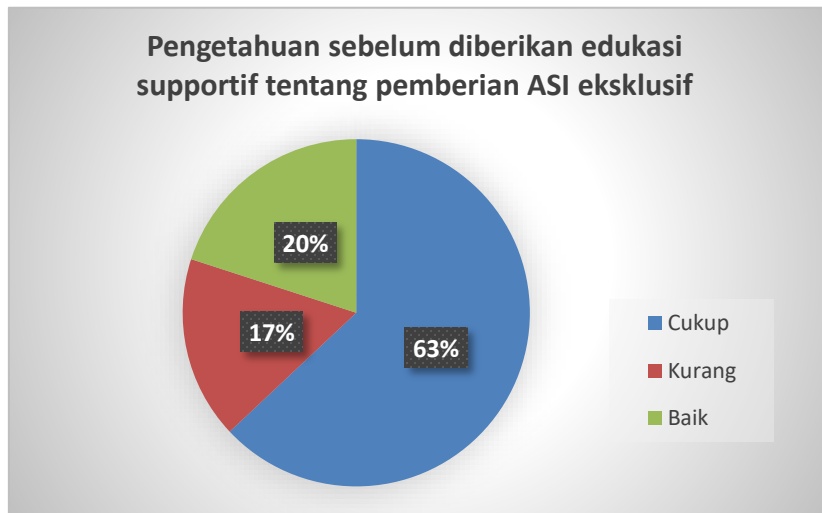
4. Monitoring dan Evaluasi

- a. Monitoring pelaksanaan edukasi supportif terhadap pengetahuan atau pemahaman ibu, serta self efficacy ibu menyusui (post partum) dalam pemberian ASI Eksklusif setelah diberikan edukasi
- b. Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan kegiatan yang telah dilakukan. Evaluasi dilakukan secara bertahap yaitu sebelum kegiatan yang bertujuan untuk membandingkan kondisi awal pengetahuan dan pemahaman ibu dalam pemberian ASI eksklusif. Selama kegiatan tim PKM menilai pengetahuan dan pemahaman secara lansung tentan pemberian ASI esklusif dan bagaimana cara ibu menyusui, selanjutnya setelah kegiatan pengabdian memberikan kesempatan kepada ibu untuk memberikan refleksi dan pengalaman selama mengikuti kegiatan ini. Dan yang terakhir adalah pengisian kuisisioner tentang pelaksanaan Edukasi supportif dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian ASI Eksklusif . Setelah pelaksanaan kegiatan diharapkan ibu memiliki keyakinan atau self-efficacy dan komitmen kuat dalam memberikan ASI eksklusif dan berhasil menyusui serta adanya perubahan perilaku ibu dalam pemberian ASI Eksklusif. Adanya tindaklanjut dari kader, tenaga kesehatan baik perawat maupun bidan desa untuk keberlanjutan kegiatan ini.

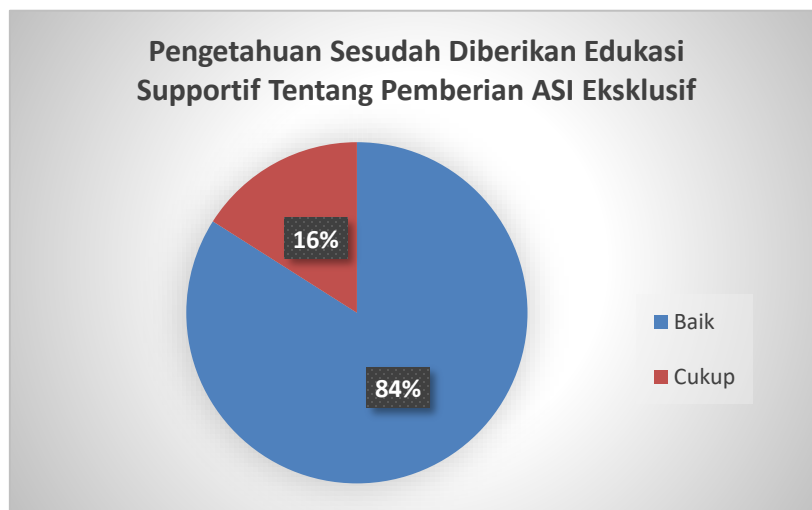
Partisipasi Mitra dalam Pelaksanaan Kegiatan

- a) Mitra membantu saat proses perizinan sebelum pelaksanaan kegiatan
- b) Pihak mitra menyediakan tempat dan fasilitas untuk pelaksanaan kegiatan
- c) Bidan dan kader berpartisipasi dalam membantu mengumpulkan Ibu menyusui di tempat yang sudah disediakan.
- d) Kader juga berpartisipasi saat pelaksanaan diskusi dan demonstrasi

## HASIL



**Gambar 1 :** Hasil Pengetahuan Ibu Sebelum Diberikan Edukasi Supportif Tentang Pemberian ASI Eksklusif



**Gambar 2 :** Hasil Pengetahuan Ibu Post Partum Setelah Diberikan Edukasi Supportif Tentang Pemberian ASI Eksklusif



**Gambar 3:** Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan Edukasi Supportif Tentang Pemberian ASI Eksklusif

## PEMBAHASAN

Pengetahuan ibu post partum setelah diberikan edukasi supportif tentang pemberian ASI Eksklusif meningkat dari 63% dengan kategori cukup, menjadi 84% dengan kategori baik. Kegiatan PKM ini menunjukkan hasil bahwa edukasi suportif terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu post partum terhadap pemberian ASI eksklusif. Disamping itu, ibu juga mampu mendemostrasikan cara menyusui yang benar dengan baik dan mengetahui cara mengatasi masalah seputar menyusui serta lebih percaya diri mampu memberikan ASI eksklusif. Edukasi yang bersifat ceramah, dialog dan praktik atau mendemostrasikan langsung membuat peserta ibu-ibu lebih mudah memahami materi, serta mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini juga diperkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan Lestari et al. (2022) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga dan edukasi suportif secara signifikan berhubungan dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Selain itu, pemberian edukasi supportif juga berdampak terhadap peningkatan keyakinan diri ibu dalam pemberian ASI eksklusif. Hal ini sejalan dengan teori Bandura bahwa pengalaman langsung, persuasi verbal, dan dukungan emosional memengaruhi pembentukan keyakinan diri. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mariani (2025), menyebutkan bahwa Edukasi supportif terbukti efektif meningkatkan self-efficacy ibu postpartum dalam pemberian ASI eksklusif. Begitu juga dengan studi yang dilakukan oleh Permatasari (2021), menyatakan bahwa ibu menyusui dengan tingkat self-efficacy tinggi cenderung lebih berhasil dalam memberikan ASI eksklusif. Penelitian lain yang dilakukan oleh Siregar & Sinaga (2020), juga menekankan tentang pentingnya peran edukasi kesehatan berbasis komunitas dalam meningkatkan capaian ASI eksklusif, khususnya di wilayah pedesaan.

Edukasi suportif yang diberikan dalam kegiatan ini mencakup semua aspek tersebut, sehingga sangat relevan untuk meningkatkan keyakinan ibu dalam menyusui. Lebih lanjut, Sari et al. (2020) menegaskan bahwa intervensi edukasi suportif, yang mencakup informasi, latihan menyusui, dan dukungan emosional, secara signifikan meningkatkan self-efficacy ibu. Ini menunjukkan bahwa edukasi tidak hanya meningkatkan aspek pengetahuan, tetapi juga aspek psikologis seperti rasa percaya diri ibu untuk menyusui. Salah satu intervensi yang potensial adalah edukasi supportif, yakni pendekatan edukatif yang dikombinasikan dengan dukungan psikososial untuk meningkatkan pemahaman, motivasi, dan rasa percaya diri ibu dalam menyusui (Nelista et al., 2021).

Keterlibatan mitra yaitu kader dan bidan desa sangatlah berperan penting dalam keberhasilan program kegiatan pengabdian masyarakat ini, karena kader dan bidan mampu menjangkau dan membimbing ibu-ibu menyusui secara berkelanjutan setelah selesainya kegiatan ini. Sehingga ini bisa selaras dengan pendekatan keperawatan komunitas secara berkelanjutan atau *community of care* dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak melalui pemberian pelayanan kesehatan yang diberikan di setiap kegiatan posyandu.

## SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Desa Karangbong dengan pendekatan edukasi suportif terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu postpartum terhadap pemberian ASI eksklusif. Edukasi yang dikemas dalam bentuk ceramah, diskusi, dan praktik langsung memberikan dampak positif terhadap pengetahuan ibu yaitu sebelum diberikan edukasi suportif tentang pemberian ASI Eksklusif sebagian besar pengetahuan ibu cukup sebesar 63%, dan setelah diberikan edukasi suportif tentang pemberian ASI Eksklusif sebagian besar pengetahuan ibu meningkat menjadi baik sebesar 84%. Oleh karena itu, baik pelayanan maupun tenaga kesehatan diharapkan mampu mengintegrasikan kegiatan edukasi suportif dalam program kesehatan ibu dan anak, baik dalam kelas ibu hamil maupun kelas ibu nifas, supaya setiap ibu dapat memperoleh informasi yang dibutuhkan sekaligus dukungan yang memadai. Sehingga melalui edukasi suportif harapannya tidak hanya sekedar meningkatkan pengetahuan dan pemahaman namun juga meningkatkan self efficacy ibu menyusui yang dapat berdampak terhadap keberhasilan ibu dalam pemberian ASI eksklusif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2022*. <https://dinkes.jatimprov.go.id/userfile/dokumen/PROFIL%20KESEHATAN%20JATIM%202022.pdf>
- Kafil, R. F., Helwiyah, R., & Urip, R. (2018). Pengaruh intervensi edukasi suportif terhadap kepatuhan dalam pengontrolan tekanan darah pasien hemodialisis di RSUP Dr. Hasan Sadikin Bandung. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(1), 45–50. <http://nursingjurnal.respati.ac.id/index.php/jkry/article/view/286/175>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia 2023*. Kemenkes RI.
- Kim, J. H., Park, S. Y., & Choi, Y. J. (2020). Effectiveness of supportive education programs for breastfeeding mothers: A meta-analysis. *Breastfeeding Medicine*, 15(5), 301–310. <https://doi.org/10.1089/bfm.2020.0073>
- Lestari, P., Susanti, H., & Andriani, N. (2022). Pengaruh dukungan keluarga dan edukasi suportif terhadap keberhasilan ASI eksklusif. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(1), 21–28
- Mariani & Iin Aini I. (2025). Efektifitas edukatif suportif terhadap self efficacy Ibu post partum dalam pemberian asi eksklusif. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(1), 37-43.
- Nelista, Y., Keytimu, Y. M. H., & Toto, E. M. (2021). Intervensi berbasis supportive educative nursing intervention terhadap pengetahuan dan praktik pemberian makan pada ibu balita gizi kurang. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3(3), 257–266. <https://doi.org/10.37287/jpm.v3i3.595>
- Permatasari, D. (2021). *Hubungan self-efficacy ibu menyusui dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif*. *Jurnal Keperawatan Maternal*, 9(1), 45–52
- Sari, D. A., Rahmawati, Y., & Laila, N. (2020). Pengaruh edukasi suportif terhadap self-efficacy ibu dalam pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, 8(2), 134–141.
- Sari, W. A., & Farida, S. N. (2020). Hubungan pengetahuan ibu menyusui tentang manfaat ASI dengan pemberian ASI eksklusif Kabupaten Jombang. *Penelitian Kesehatan*, 10(1), 1–45.
- Shafaei, F. S., Mirghafourvand, M., & Havizari, S. (2020). *The effect of prenatal counseling on breastfeeding self-efficacy and frequency of breastfeeding problems in mothers with previous unsuccessful breastfeeding: A randomized controlled clinical trial*. *BMC Women's Health*, 20(1), 1–10
- Siregar, M., & Sinaga, H. T. (2020). Strategi peningkatan ASI eksklusif melalui edukasi suportif. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*
- Siregar, D., & Sinaga, R. (2020). *Pengaruh edukasi kesehatan berbasis komunitas terhadap pemberian ASI eksklusif di wilayah pedesaan*. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 23(2), 85–92