



Edukasi Tentang Asi dan Menyusui Pada Ibu Hamil Trimester III Sebagai Implementasi Langkah Menuju Keberhasilan Menyusui

(Education About Breast Milk and Breastfeeding for Pregnant Women in the Third Trimester as an Implementation Step Towards Successful Breastfeeding)

Dwiana Akbari Sinta Rahmaninda¹, Devy Ana Persari², Meilicha Anggraini Pratiwi³
^{1,2,3}Universitas. Muhammadiyah Ahmad Dahlan Palembang, Jln. Jend. A. Yani, 13 Ulu Palembang
Email: dwianaakbari01@gmail.com , devyanapersari@gmail.com , meilichaap@gmail.com

Abstrak

Salah satu hambatan dan tantangan keberhasilan menyusui eksklusif adalah pengetahuan ibu. Upaya peningkatan pengetahuan ibu tentang ASI dan menyusui dilakukan sejak masa kehamilan, melalui konseling saat kunjungan kehamilan K4 dan melalui Kelas Ibu Hamil. namun data menunjukkan cakupan kunjungan K4 hanya 75,8% dari target 95% dan persentase ibu pernah mengikuti Kelas Ibu Hamil hanya 36,6%. Salah satu strategi global untuk meningkatkan angka menyusui eksklusif adalah melalui pemberian edukasi pentingnya ASI dan menyusui saat ANC (*antenatal care*). Persiapan menyusui bagi ibu hamil dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu untuk memberikan ASI kepada bayinya setelah persalinan. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan ibu hamil trimester III tentang ASI dan menyusui. Kegiatan ini berbentuk penyuluhan dengan metode ceramah menggunakan media edukasi berupa leaflet. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 1 Februari 2026 di Klinik LKC DD Sumsel dengan peserta berjumlah sembilan orang ibu hamil trimester III. Hasil evaluasi penilaian *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil trimester III setelah diberikan edukasi tentang ASI dan menyusui. Pada *pre-test* didapatkan rata-rata nilai 55,6 dan pada *post-test* didapatkan rata-rata nilai 80. Ibu hamil trimester III telah mendapatkan informasi pentingnya ASI dan menyusui lebih awal sehingga diharapkan dapat lebih siap untuk memasuki fase menyusui.

Kata kunci: edukasi, ASI, menyusui, ibu hamil.

Abstract

One of the obstacles and challenges to the success of exclusive breastfeeding is maternal knowledge. Efforts to increase maternal knowledge about breast milk and breastfeeding are carried out since pregnancy, through counseling during the K4 pregnancy visit and through Pregnant Women's Classes. However, data shows that the coverage of K4 visits is only 75.8% of the target of 95% and the percentage of mothers who have attended Pregnant Women's Classes is only 36.6%. One global strategy to increase exclusive breastfeeding rates is through providing education on the importance of breast milk and breastfeeding during ANC (antenatal care). Breastfeeding preparation for pregnant women can increase mothers' confidence in providing breast milk to their babies after delivery. The purpose of this community service activity is to increase the knowledge of pregnant women in the third trimester about breast milk and breastfeeding. This activity takes the form of counseling using a lecture method using educational media in the form of leaflets. This activity was carried out on February 1, 2026, at the LKC DD Clinic in South Sumatra, with nine participants in the third trimester. The results of the pre-test and post-test assessments showed an increase in the knowledge of pregnant women in the third trimester after being provided with education about breast milk and breastfeeding. In the pre-test, the average score was 55.6 and in the post-test, the average score was 80. Pregnant women in their third trimester have received information about the importance of breast milk and breastfeeding earlier so that they are expected to be better prepared to enter the breastfeeding phase.

Keywords: education, breast milk, breastfeeding, pregnant women.

PENDAHULUAN

Kekurangan gizi pada balita merupakan indikator utama masalah pertumbuhan dan perkembangan anak. Kekurangan gizi yang salah satunya adalah stunting, berperan dalam peningkatan angka kejadian penyakit, kematian, dan gangguan perkembangan fisik maupun kognitif. Pemberian ASI termasuk salah satu faktor yang dapat mempengaruhi status gizi balita (RI, 2024). Secara global, berdasarkan *Global Breastfeeding Scorecard* 2024 hanya enam negara yang termasuk dalam kategori negara dengan 70% bayi mendapatkan ASI secara eksklusif selama enam bulan. Indonesia dengan persentase 50,7% termasuk dalam kategori negara dengan 50%-70% bayi mendapatkan ASI secara eksklusif selama enam bulan. Target persentase bayi disusui secara eksklusif selama enam bulan pada tingkat global tahun 2030 ditetapkan sebesar 70%. Upaya pemberian ASI eksklusif perlu ditingkatkan di berbagai negara, termasuk Indonesia untuk mendukung tercapainya target tersebut.

Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024 menunjukkan adanya penurunan persentase bayi 0-5 bulan yang hanya menerima ASI saja dalam 24 jam terakhir di Indonesia dari tahun 2023, yaitu dari 68,6% menjadi 66,4%. Di sisi lain, menurut Survey Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, bayi baru lahir yang mendapatkan ASI dalam satu jam pertama setelah kelahiran hanya 27% (BKPK, 2023). Hal ini menunjukkan upaya Inisiasi Menyusui Dini (IMD) belum berlangsung secara optimal. Berdasarkan sumber yang sama, di Indonesia masih ditemukan praktik pemberian makanan prelakteal yaitu makanan atau minuman selain ASI kepada bayi 0-3 hari kelahiran (21%). Temuan tersebut secara tidak langsung menunjukkan bahwa tantangan menyusui dapat ditemui sejak bayi baru lahir. Faktor-faktor yang berpotensi menyebabkan kegagalan proses menyusui perlu diidentifikasi lebih awal agar dapat segera ditindaklanjuti.

Pengetahuan ibu mengenai ASI dan menyusui termasuk salah satu tantangan dan hambatan praktik menyusui di Indonesia. Upaya meningkatkan pengetahuan ibu mengenai ASI dan menyusui dilakukan sejak masa kehamilan sebagai bagian dari persiapan ibu memasuki fase menyusui. Pada standar pelayanan antenatal terpadu minimal terdapat sesi temu wicara atau konseling, yaitu sesi bagi tenaga kesehatan untuk penyampaian informasi dan edukasi kesehatan kepada ibu hamil termasuk mengenai ASI dan menyusui mulai pada ANC K4 trimester III (RI, 2020). Menurut data SSGI 2024, persentase pemeriksaan kehamilan K4 di Indonesia hanya 75,8% dari target persentase ibu hamil ANC K4 95% untuk tahun 2024. Data tersebut menunjukkan adanya kemungkinan tidak terpenuhinya

kunjungan kehamilan hingga trimester III, sehingga kontak untuk pemberian edukasi mengenai ASI dan menyusui pada ibu hamil trimester III terlewatkan. Selain melalui sesi konseling pada saat pemeriksaan kehamilan, Kelas Ibu Hamil juga menjadi sarana peningkatan pengetahuan kesehatan bagi ibu. Data pada tahun 2024 menunjukkan bahwa persentase keikutsertaan ibu hamil pada Kelas Ibu Hamil di Indonesia masih rendah yaitu 36,6%. Di Sumatera Selatan presentasi ibu hamil yang pernah mengikuti Kelas Ibu Hamil hanya 32,5%, lebih rendah dibandingkan rata-rata nasional 36,6%, sementara target persentase ibu hamil mengikuti Kelas Ibu Hamil 4 kali yaitu 80%. Sehingga upaya peningkatan pengetahuan kesehatan termasuk mengenai ASI dan menyusui melalui sarana yang ada belum menjangkau sasaran secara optimal. Pemberian edukasi mengenai ASI dan menyusui merupakan upaya persiapan untuk memasuki fase menyusui. Pelaksanaan program persiapan menyusui bagi ibu hamil dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu untuk memberikan ASI kepada bayinya setelah persalinan (Purnamayanti *et al.*, 2025). Persiapan yang baik untuk memasuki fase menyusui dapat mendukung keberhasilan menyusui ibu dan bayi (Siregar *et al.*, 2024). Berdasarkan penjelasan di atas, tantangan dan hambatan dalam praktik menyusui memerlukan intervensi langsung melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pemberian edukasi tentang ASI dan menyusui kepada ibu hamil trimester III. Pemberian edukasi mengenai ASI dan menyusui sejak fase kehamilan yaitu pada ibu hamil trimester III perlu dilakukan sebagai langkah untuk mendukung keberhasilan menyusui.

MASALAH

Karakteristik demografi yang beragam mempengaruhi tingkat pengetahuan kesehatan pada ibu hamil. Pada praktiknya pemberian edukasi kesehatan kepada ibu hamil saat pemeriksaan kehamilan lebih sering berfokus pada kondisi ibu saat ini, keluhan yang dialami, dan potensi komplikasi atau kegawatdaruratan. Ibu hamil trimester III lebih sering mendapatkan edukasi mengenai tanda bahaya dan perencanaan persalinan. Edukasi tentang ASI dan menyusui tidak sering disampaikan secara komprehensif pada ibu hamil trimester III sebagai bagian dari persiapan bagi ibu yang akan memasuki fase menyusui setelah melahirkan.

Di masyarakat, masalah umum yang sering ditemui yaitu ibu merasa ASI yang diberikan kepada bayinya tidak cukup sehingga memutuskan untuk memberikan makan tambahan pengganti ASI bahkan sebelum masa ASI eksklusif terpenuhi. Permasalahan

tersebut pada dasarnya disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang teknik menyusui yang tepat sehingga ASI yang bayi dapatkan tidak maksimal dan ibu merasa ASI nya tidak cukup. Kegiatan pengabdian masyarakat ini ditujukan untuk menjawab persoalan tersebut dengan memberikan edukasi tentang ASI dan menyusui yang salah satunya mengenai teknik menyusui meliputi posisi dan pelekatan yang baik. Target dari kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan masyarakat khususnya ibu hamil trimester III mengenai ASI dan menyusui sehingga keberhasilan menyusui dapat tercapai dan kualitas hidup masyarakat meningkat.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat pemberian edukasi tentang ASI dan menyusui pada ibu hamil trimester III dilakukan dalam empat tahap, yaitu:

1. Perizinan

Penulis melakukan koordinasi dengan pimpinan Klinik LKC DD Sumsel melalui tim operasional klinik terkait izin dan waktu pelaksanaan kegiatan.

2. Persiapan Kegiatan

Pada tahap ini penulis menyiapkan berita acara kegiatan, absensi kehadiran peserta, *google form* untuk *pre-post-test* dan perlengkapan kegiatan seperti banner, alat peraga (boneka bayi dan boneka payudara) dan media edukasi berupa leaflet. Leaflet memuat informasi tentang pentingnya ASI Eksklusif untuk bayi, pentingnya menyusui untuk ibu, risiko dan bahaya tidak menyusui, pentingnya kontak kulit ke kulit segera setelah lahir, serta pentingnya posisi dan pelekatan yang baik.

3. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 1 Februari 2026. Peserta dalam kegiatan ini berjumlah sembilan orang. Adapun kriteria peserta pada kegiatan ini yaitu ibu hamil yang telah memasuki trimester III, bersedia mengikuti kegiatan, dan hadir pada hari pelaksanaan kegiatan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berbentuk penyuluhan dengan metode ceramah dan diskusi. Adapun pelaksanaannya dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:

- a. Pembukaan kegiatan. Kegiatan diawali dengan salam, perkenalan, dan penyampaian tujuan kegiatan.
- b. Pelaksanaan *pre-test*. Peserta mengerjakan soal *pre-test* dengan mengakses *google form* yang diberikan. Soal *pre-test* berupa pilihan ganda sebanyak sepuluh soal.

Pre-test dilakukan untuk mengetahui pemahaman awal peserta mengenai ASI dan menyusui.

- c. Pemberian edukasi. Edukasi tentang ASI dan menyusui disampaikan dengan media leaflet yang sudah dibagikan kepada peserta. Pada akhir penyampaian materi dilakukan pemutaran video tentang produksi ASI dan melakukan praktik cara mengatur posisi dan pelekatan yang baik saat menyusui menggunakan alat peraga. Setelah pemberian edukasi dilanjutkan dengan diskusi tanya jawab.
- d. Pelaksanaan *post-test*. Peserta kembali mengerjakan soal dengan mengakses *google form* yang diberikan. *Post-test* dilakukan untuk mengetahui pemahaman peserta mengenai ASI dan menyusui setelah diberikan edukasi. Soal *post-test* berjumlah sepuluh soal berupa pilihan ganda.

4. Evaluasi

Pada tahap ini dilakukan pengolahan nilai *pre-test* dan *post-test* peserta kegiatan pengabdian masyarakat. Indikator keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu adanya peningkatan skor setelah diberikan edukasi tentang ASI dan menyusui.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat pemberian edukasi tentang ASI dan menyusui dilaksanakan pada tanggal 1 Februari 2026 di Klinik LKC DD Sumsel. Peserta pada kegiatan ini adalah ibu hamil trimester III yang berjumlah sembilan orang. Kegiatan diawali dengan pembukaan dan perkenalan, dilanjutkan dengan pelaksanaan *pre-test*. Setelah *pre-test*, dilakukan penyampaian materi tentang ASI dan menyusui yang membahas tentang pentingnya ASI Eksklusif untuk bayi, pentingnya menyusui untuk ibu, risiko dan bahaya tidak menyusui, pentingnya kontak kulit ke kulit segera setelah lahir, serta pentingnya posisi dan pelekatan yang baik. Selain pemberian edukasi melalui metode ceramah, juga dilakukan demonstrasi atau praktik cara mengatur posisi dan pelekatan yang baik saat menyusui, kemudian dilanjutkan dengan diskusi tanya jawab. Sebelum kegiatan diakhiri, peserta melakukan *post-test* untuk mengetahui pemahaman peserta tentang ASI dan menyusui setelah diberikan edukasi. Selama penyuluhan berlangsung peserta mengikuti kegiatan dengan antusias dan menyimak penjelasan dengan seksama. Para peserta juga memberikan tanggapan yang positif terhadap pelaksanaan kegiatan ini dengan menyatakan bahwa peserta merasa senang karena mendapatkan ilmu dan pengalaman baru serta menjadi lebih memahami cara menyusui yang baik. Cuaca yang kurang mendukung

menjadi kendala pada kegiatan ini, yang mana pada hari pelaksanaan terjadi hujan deras sehingga peserta yang hadir tidak sebanyak yang diharapkan.

Hasil evaluasi nilai peserta menunjukkan terdapat perbedaan rata-rata nilai pre-test dan post test. Rata-rata nilai pre-test peserta adalah 55,6 dan rata-rata nilai post-test yaitu 80. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan rata-rata nilai setelah peserta mendapatkan edukasi tentang ASI dan menyusui. Penulis juga membandingkan nilai pre-test dan post-test masing-masing peserta. Hasilnya menunjukkan bahwa semua peserta mengalami peningkatan nilai antara pre-test dan post-test. Dengan demikian kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan dampak berupa peningkatan pengetahuan peserta yaitu ibu hamil trimester III tentang ASI dan menyusui. Pengetahuan tentang ASI dan menyusui termasuk salah satu faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. Sebuah studi literatur menunjukkan lima dari enam jurnal tentang pengetahuan ASI eksklusif terhadap pemberian ASI eksklusif, menyatakan adanya hubungan pengetahuan terhadap pemberian ASI eksklusif (Putri, Lestari and Prasida, 2022). Penelitian oleh (Indriani *et al.*, 2022) membuktikan bahwa ibu bayi dengan pengetahuan yang baik tentang ASI meningkatkan kemungkinan kejadian pemberian ASI eksklusif secara signifikan. Menurut (Nm and Nk, 2021) ibu dengan pengetahuan yang kurang terutama tentang manfaat ASI cenderung tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Lebih buruk lagi, kurangnya pemahaman ibu tentang pemberian ASI eksklusif dapat mempengaruhi status gizi anak.

Pemberian edukasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan, termasuk dapat meningkatkan pengetahuan tentang ASI eksklusif pada ibu hamil trimester III. Mendemonstrasikan posisi dan pelekatan yang baik saat menyusui ketika pemberian edukasi membantu peserta memahami konsep melalui visualisasi dan praktik nyata. Di sisi lain, demonstrasi memungkinkan peserta untuk mengamati dan mendapatkan pengalaman belajar langsung sehingga membantu meningkatkan pemahaman peserta. Penggunaan leaflet dalam pemberian edukasi pada kegiatan pengabdian ini juga memiliki andil dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Hal ini karena penyajian informasi pada leaflet dirancang dengan bahasa yang sederhana, memuat poin-poin inti dan disertai ilustrasi atau gambar sehingga membantu peserta memahami informasi lebih cepat. Penggunaan leaflet juga mendukung pembelajaran mandiri karena dapat digunakan secara berulang sehingga membantu peserta mengingat kembali informasi yang telah diberikan. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini, ibu hamil trimester III telah mendapatkan dan mengalami peningkatan pengetahuan tentang ASI dan menyusui, sehingga diharapkan dapat

meningkatkan kesiapan ibu memasuki fase menyusui, mendukung keberhasilan menyusui, meningkatkan angka pemberian ASI eksklusif, dan pada akhirnya meningkatkan kesehatan ibu dan bayi.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan pemberian edukasi tentang ASI dan menyusui berhasil meningkatkan pemahaman ibu hamil trimester III, dibuktikan dengan adanya peningkatan rata-rata nilai peserta dari 55,6 menjadi 80. Informasi tentang ASI dan menyusui yang peserta dapatkan dari kegiatan ini dapat menjadi bekal persiapan diri memasuki fase menyusui. Penggunaan media leaflet dan metode demonstrasi dapat diintegrasikan sebagai strategi edukasi kesehatan yang efektif dan berdampak optimal dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat. Kegiatan ini dapat dijadikan model edukasi dalam pelayanan antenatal rutin dan atau kelas ibu hamil sehingga dapat menjangkau sasaran yang lebih luas sebagai upaya mendukung keberhasilan menyusui dan ASI eksklusif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak lepas dari dukungan dan bantuan yang diberikan oleh berbagai pihak. Kami ucapkan terima kasih kepada Rektor Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan, Pimpinan Klinik LKC DD Sumsel dan staf yang telah terlibat, serta semua pihak yang telah membantu pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- BKPK (2023) 'Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam Angka'.
- Indriani, D. *et al.* (2022) 'Pengaruh paritas, pekerjaan ibu, pengetahuan dan dukungan keluargaterhadap pemberian asi eksklusif pada ibu bayi', *Jurnal Bidan Pintar*, 3(1), pp. 329–338.
- Nm, A.F. and Nk, A.S. (2021) 'Determinan pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui di Puskesmas I Denpasar Barat', *Jurnal Kebidanan*, 10(1), pp. 23–34. Available at: <https://doi.org/10.26714/jk.10.1.2021.23-34>.
- Purnamayanti, N.M.D. *et al.* (2025) 'Optimalisasi Persiapan Menyusui Dalam Kelas Ibu Untuk Meningkatkan Brastfeeding Self Efficacy di Desa Carangsari', *Jurnal Mandala Pengabdian masyarakat*, 6(1), pp. 22–31. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.35311/jm pm.v6i1.508>.
- Putri, E.M., Lestari, R.M. and Prasida, D.W. (2022) 'Hubungan Pengetahuan Ibu tentang ASI Eksklusif terhadap pemberian ASI Eksklusif', *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 7(2),



- pp. 51–56. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.33084/jsm.vxix.xxx>.
- RI, K.K. (2020) ‘Pedoman Pelayanan Antenatal Terpadu (Edisi ke-3)’.
- RI, K.K. (2024) ‘Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 dalam Angka’.
- Siregar, F.L.S. *et al.* (2024) ‘Pelaksanaan Kelas Edukasi Persiapan Menyusui pada Ibu Hamil dan Keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal’, *Jurnal Pengabdian Masyarakat Medika*, 4(2), pp. 74–79. Available at: <https://doi.org/10.23917/jpmmmedika.v4i2>.