

**PROGRAM INOVASI BUNDA (BANTU IBU UNTUK NUTRISI & DUKUNGAN ASI)
DALAM PENINGKATAN CAPAIAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DI PUSKESMAS
KAMPUNG MELAYU JAKARTA TIMUR**

Ajeng Dwi Retnani¹, Suryani Hartati², Alfanira³

^{1,2,3} Institut Kesehatan Hermina

¹ajengdwi1793@gmail.com

Abstract

Exclusive breastfeeding coverage remains a public health challenge in Indonesia. Low breastfeeding success is influenced by limited maternal knowledge regarding breastfeeding techniques, maternal nutrition, family support, and lactation problems such as sore nipples and low milk production (Ministry of Health Indonesia, 2023). Community-based promotive and preventive efforts are needed to improve breastfeeding success. This community service program aimed to improve breastfeeding mothers' knowledge regarding exclusive breastfeeding through the BUNDA Innovation Program (Helping Mothers for Nutrition & Breastfeeding Support). The activity was conducted at Kampung Melayu Public Health Center, East Jakarta, involving 60 breastfeeding mothers, 8 community health volunteers, and 2 health workers. Methods included pretest, health education, breastfeeding technique demonstration, maternal nutrition counseling, interactive discussion, and posttest. The results showed an increase in participants' knowledge after the intervention. Most participants were able to explain the benefits of exclusive breastfeeding, proper breastfeeding techniques, and foods that support milk production. Participants also showed high enthusiasm during demonstrations and discussions. The BUNDA's Innovation Program was effective in improving mothers' knowledge and readiness to provide exclusive breastfeeding. Similar programs are recommended periodically through collaboration among health centers, volunteers, and health education institutions to improve exclusive breastfeeding coverage (UNICEF, 2023).

Keywords: *exclusive breastfeeding, breastfeeding mothers, health education, community service, lactation.*

Abstrak

Cakupan pemberian ASI eksklusif masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia. Rendahnya keberhasilan ASI eksklusif dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan ibu mengenai teknik menyusui, nutrisi ibu menyusui, dukungan keluarga, serta masalah laktasi seperti puting lecet dan ASI tidak lancar (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Upaya promotif dan preventif berbasis masyarakat diperlukan untuk meningkatkan keberhasilan menyusui. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu menyusui mengenai ASI eksklusif melalui Program Inovasi BUNDA (Bantu Ibu untuk Nutrisi & Dukungan ASI). Kegiatan dilaksanakan di Puskesmas Kampung Melayu Jakarta Timur dengan sasaran 60 ibu menyusui, 8 kader posyandu, dan 2 petugas kesehatan. Metode kegiatan meliputi pretest, penyuluhan kesehatan, demonstrasi teknik menyusui yang benar, edukasi nutrisi ibu menyusui, diskusi interaktif, dan posttest. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah intervensi. Sebagian besar peserta mampu menjelaskan manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, serta makanan yang mendukung produksi ASI. Peserta juga menunjukkan antusiasme tinggi selama sesi demonstrasi dan tanya jawab. Program Inovasi BUNDA efektif meningkatkan pengetahuan dan kesiapan ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Kegiatan serupa direkomendasikan dilakukan secara berkala melalui kolaborasi puskesmas, kader, dan institusi pendidikan kesehatan untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif di masyarakat (UNICEF, 2023).

Kata Kunci: ASI eksklusif, ibu menyusui, edukasi kesehatan, pengabdian masyarakat, laktasi

Submitted: 2026-04-01

Revised: 2026-04-10

Accepted: 2026-04-28

Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) eksklusif adalah pemberian ASI saja kepada bayi sejak lahir sampai usia 6 bulan tanpa tambahan makanan atau minuman lain, kecuali obat dan vitamin sesuai indikasi medis. WHO dan UNICEF merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan dan dilanjutkan sampai usia dua tahun dengan makanan pendamping ASI yang adekuat (WHO, 2023; UNICEF, 2024). ASI eksklusif memiliki manfaat penting bagi bayi, antara lain meningkatkan sistem imun, menurunkan risiko diare, infeksi saluran pernapasan, alergi, obesitas,

dan mendukung perkembangan kognitif anak (WHO, 2023). Bagi ibu, menyusui dapat mempercepat involusi uterus, menurunkan risiko kanker payudara, kanker ovarium, serta membantu pemulihan pascapersalinan (Kemenkes RI, 2023). Meskipun manfaat ASI sangat besar, cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih perlu ditingkatkan. Data menunjukkan masih terdapat ibu yang belum memberikan ASI eksklusif karena berbagai faktor seperti kurangnya pengetahuan, pekerjaan ibu, promosi susu formula, persepsi ASI kurang, dan kurangnya dukungan keluarga (UNICEF, 2024). Pengetahuan ibu merupakan faktor utama yang memengaruhi keberhasilan menyusui. Ibu dengan pengetahuan baik cenderung memiliki sikap positif dan komitmen lebih tinggi dalam memberikan ASI eksklusif (Notoatmodjo, 2018). Selain itu, dukungan tenaga kesehatan dan kader kesehatan sangat penting dalam membentuk perilaku ibu melalui edukasi, konseling, dan pendampingan (Rahmawati et al., 2024).

Puskesmas sebagai fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama memiliki peran strategis dalam promosi ASI eksklusif melalui pelayanan antenatal, kelas ibu hamil, konseling laktasi, serta pemberdayaan masyarakat. Namun demikian, masih dibutuhkan inovasi program yang terintegrasi agar pesan kesehatan dapat diterima secara efektif oleh ibu hamil dan keluarga (Kemenkes RI, 2023). Puskesmas Kampung Melayu Jakarta Timur merupakan wilayah dengan mobilitas masyarakat tinggi dan kepadatan penduduk yang berpotensi memengaruhi perilaku kesehatan masyarakat, termasuk praktik menyusui. Oleh sebab itu, diperlukan program berbasis komunitas yang melibatkan ibu hamil, petugas kesehatan, dan kader kesehatan untuk meningkatkan kesiapan ibu dalam menyusui sejak masa kehamilan. Program INOVASI BUNDA (Bantu Ibu untuk Nutrisi & Dukungan ASI) dikembangkan sebagai bentuk pengabdian masyarakat melalui edukasi nutrisi ibu hamil, penyuluhan manfaat ASI eksklusif, konseling laktasi, serta pembentukan dukungan kader kesehatan. Program ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan kesiapan ibu dalam memberikan ASI eksklusif sehingga berdampak pada peningkatan capaian ASI eksklusif di wilayah kerja puskesmas. Berdasarkan latar belakang tersebut, perlu dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat melalui Program INOVASI BUNDA dalam peningkatan capaian pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Kampung Melayu Jakarta Timur.

Metode (10 pt)

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode edukatif partisipatif dengan pendekatan pretest-posttest. Kegiatan dilaksanakan di Puskesmas Kampung Melayu Jakarta Timur selama 3 bulan. Responden pada kegiatan ini ialah berjumlah 60 orang, terdiri dari 50 ibu hamil trimester II dan III, 2 petugas kesehatan dan 8 kader kesehatan.

Tahapan Pelaksanaan pada kegiatan ini:

1. Persiapan
 - Koordinasi dengan pihak puskesmas
 - Penyusunan materi edukasi
 - Penyusunan instrumen pretest dan posttest
2. Pelaksanaan
 - Penyuluhan manfaat ASI eksklusif
 - Edukasi nutrisi ibu hamil dan ibu menyusui
 - Demonstrasi teknik menyusui yang benar
 - Konseling laktasi
 - Pelatihan kader kesehatan sebagai pendamping ibu menyusui
3. Evaluasi
 - Pengukuran pengetahuan sebelum intervensi
 - Pengukuran pengetahuan sesudah intervensi
 - Analisis peningkatan pengetahuan responden

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Perbandingan Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah diberikan Penyuluhan Kesehatan

Kategori Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	n	%	n	%
Baik	11	18,3	54	90
Cukup	12	20	5	8,3
Kurang	37	61,7	1	1,7
Total	60	100	60	100

Hasil menunjukkan bahwa sebelum intervensi mayoritas responden memiliki pengetahuan kategori kurang (61,7%). Setelah program dilaksanakan, mayoritas responden meningkat menjadi kategori baik (90,0%). Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa Program INOVASI BUNDA efektif meningkatkan pengetahuan responden mengenai ASI eksklusif. Hal ini terlihat dari peningkatan nilai rata-rata pretest sebesar 58,3 menjadi 89,0 pada posttest. Peningkatan ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman ibu hamil, kader, dan petugas kesehatan mengenai manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui, serta nutrisi ibu menyusui (Notoatmodjo, 2018).

Sebelum intervensi, sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan kurang (61,7%). Kondisi ini menggambarkan bahwa masih terdapat keterbatasan informasi mengenai ASI eksklusif di masyarakat. Kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan ibu ragu menyusui, mudah terpengaruh promosi susu formula, serta tidak memahami pentingnya pemberian ASI sejak lahir (Kemenkes RI, 2023). Setelah dilakukan edukasi, kategori pengetahuan baik meningkat menjadi 90,0%. Hasil ini sejalan dengan teori perubahan perilaku yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan tahap awal terbentuknya sikap dan tindakan kesehatan. Seseorang yang memahami manfaat suatu perilaku sehat cenderung lebih mudah menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Green & Kreuter, 2015). Hasil ini sejalan dengan penelitian Rahmawati et al. (2024) yang menyatakan bahwa edukasi ASI eksklusif pada ibu hamil meningkatkan skor pengetahuan secara signifikan setelah intervensi. Penelitian lain oleh Neno et al. (2024) juga menyebutkan bahwa ibu dengan pengetahuan baik memiliki peluang lebih besar memberikan ASI eksklusif dibandingkan ibu dengan pengetahuan rendah.

Metode penyuluhan interaktif, diskusi, serta demonstrasi teknik menyusui pada program ini menjadi faktor penting keberhasilan. Menurut Bandura, proses belajar melalui observasi dan praktik langsung lebih efektif dibanding hanya penyampaian ceramah satu arah (Bandura, 2019). Oleh karena itu, kombinasi edukasi dan simulasi sangat sesuai diterapkan dalam promosi ASI eksklusif. Keterlibatan kader kesehatan pada program ini juga berperan besar terhadap keberhasilan kegiatan. Kader merupakan ujung tombak promosi kesehatan di masyarakat karena memiliki kedekatan sosial dengan warga. Pendampingan kader dapat meningkatkan motivasi ibu hamil dan ibu menyusui dalam mempertahankan praktik menyusui (Kemenkes RI, 2023). Selain kader, petugas kesehatan berperan penting melalui konseling laktasi dan pemecahan masalah menyusui. Dukungan profesional dari bidan atau tenaga gizi dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu, terutama pada masa awal menyusui yang rentan terhadap kegagalan ASI eksklusif (WHO, 2023).

Faktor psikologis dan dukungan keluarga juga memengaruhi keberhasilan menyusui. Ibu yang memperoleh dukungan suami dan keluarga cenderung lebih konsisten memberikan ASI eksklusif dibandingkan ibu yang kurang mendapat dukungan (UNICEF, 2024). Oleh karena itu, program selanjutnya perlu melibatkan keluarga sebagai sasaran edukasi. Program INOVASI BUNDA terbukti menjadi model intervensi promotif-preventif yang efektif karena memadukan edukasi,

pendampingan, dan pemberdayaan masyarakat. Jika dilakukan secara berkelanjutan, program ini berpotensi meningkatkan cakupan ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Kampung Melayu Jakarta Timur.



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan kesehatan

Kesimpulan

Program INOVASI BUNDA berhasil meningkatkan pengetahuan responden tentang ASI eksklusif di Puskesmas Kampung Melayu Jakarta Timur. Nilai rata-rata pengetahuan meningkat dari 58,3 saat pretest menjadi 89,0 saat posttest, dengan kenaikan sebesar 30,7. Sebelum intervensi, mayoritas responden berada pada kategori pengetahuan kurang (61,7%), sedangkan setelah intervensi mayoritas meningkat menjadi kategori baik (90,0%). Program edukasi yang melibatkan ibu hamil, kader kesehatan, dan petugas kesehatan terbukti efektif sebagai strategi promotif-preventif dalam mendukung peningkatan capaian ASI eksklusif. Program ini direkomendasikan untuk dilaksanakan secara rutin dan berkelanjutan.

Daftar Pustaka

- Bandura, A. (2019). *Social Learning Theory*. New York: General Learning Press.
- Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2015). *Health Program Planning: An Educational and Ecological Approach*. New York: McGraw-Hill.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman Nasional Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Neno, Y., et al. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 6–12 bulan di wilayah kerja puskesmas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 45–53.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahmawati, D., et al. (2024). Pengaruh edukasi ASI eksklusif terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 9(1), 22–30.
- Roesli, U. (2018). *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- UNICEF. (2024). *Breastfeeding Support in Indonesia*. Jakarta: UNICEF Indonesia.
- World Health Organization. (2023). *Infant and Young Child Feeding Guidelines*. Geneva: WHO.
- Yuliarti, N. (2020). *Keajaiban ASI: Makanan Terbaik untuk Kesehatan, Kecerdasan, dan Kelincahan Si Kecil*. Yogyakarta: Andi Offset.