

EDUKASI LAKTASI: MENINGKATKAN PEMAHAMAN IBU TENTANG TATA CARA MENYUSUI YANG BENAR DI PUSKESMAS DOMPU TIMUR KECAMATAN DOMPU TAHUN 2025

Ady Iranas

Corresponding Author: boy257521@gmail.com

Politeknik Muhammad Dahlan

Article Info	Abstract
Article History Received: 21 November 2025 Revised: 22 December 2025 Published: 27 December 2025 Keywords: <i>Lactation Education; Breastfeeding Techniques; Maternal Knowledge; Exclusive Breastfeeding</i>	<i>Breastfeeding serves as a vital nutritional source, delivering essential antibodies that safeguard infants against bacterial, viral, fungal, and parasitic infections. The efficacy of this process is heavily reliant on proper breastfeeding techniques, which involve the precise positioning and attachment of the infant to the mother. Despite its importance, many mothers lack adequate knowledge of these methods, leading to clinical complications such as nipple trauma, inadequate milk flow, and infant breastfeeding refusal. These challenges often create significant barriers to successful lactation. This community service initiative was designed to address these issues by enhancing maternal knowledge through targeted education. The primary objective is to inform breastfeeding mothers about optimal positioning and lactation management. The program utilizes a methodology of social mobilization combined with direct assistance, specifically tailored for the maternal community. By implementing structured educational guidance and practical mentoring, this intervention aims to improve maternal understanding and technical skills, ultimately empowering mothers to overcome common breastfeeding obstacles and ensure optimal infant health.</i>
Artikel Info	Abstrak
Sejarah Artikel Diterima: 21 November 2025 Direvisi: 22 Desember 2025 Dipublikasi: 27 Desember 2025 Kata kunci: <i>Edukasi Laktasi; Teknik Menyusui; Pengetahuan Ibu; ASI Eksklusif</i>	<p>Laktasi merupakan proses krusial dalam pemenuhan nutrisi bayi, di mana ASI berperan sebagai agen proteksi alami terhadap berbagai infeksi patogen. Keberhasilan proses ini sangat bergantung pada penerapan teknik menyusui yang tepat, yang mencakup pengaturan posisi serta pelekatan antara ibu dan bayi secara ergonomis. Namun, rendahnya pemahaman mengenai prosedur menyusui yang benar sering kali memicu hambatan klinis, seperti trauma pada puting susu, ketidاكلancaran ekskresi ASI, hingga penolakan menyusu oleh bayi. Kondisi tersebut berdampak pada penurunan motivasi ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diinisiasi sebagai solusi edukatif untuk memitigasi kendala laktasi melalui peningkatan literasi ibu. Fokus utama program ini adalah membekali ibu menyusui dengan informasi komprehensif mengenai manajemen posisi menyusui yang efektif. Metode pelaksanaan yang diterapkan meliputi sosialisasi terpadu serta pendampingan langsung bagi masyarakat sasaran. Melalui pendekatan edukasi dan bimbingan teknis ini, diharapkan terjadi transformasi pemahaman dan keterampilan praktis para ibu, sehingga mereka mampu mengatasi tantangan selama masa menyusui secara mandiri dan optimal.</p>

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) secara konsisten merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan tanpa tambahan nutrisi

lain guna menjamin pertumbuhan dan kesehatan bayi yang paripurna. Investasi pada pemberian ASI tidak hanya berdampak pada tumbuh kembang anak, namun secara global diperkirakan mampu mencegah 823.000

kematian anak dan 20.000 kematian ibu akibat kanker payudara setiap tahunnya (van Dellen et al., 2019). Manfaat jangka panjangnya mencakup penurunan risiko obesitas, diabetes tipe II, hingga hipertensi, sementara bagi ibu dapat meminimalisir risiko perdarahan pasca-salin dan depresi. Namun, faktanya secara global kurang dari 40% bayi di bawah usia 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif (Abekah-Nkrumah et al., 2020).

ASI merupakan nutrisi ideal yang kaya akan zat antibodi serta nutrisi untuk perkembangan otak bayi (Septikasari, 2018). Pemberian ASI yang dimulai sejak dini tidak hanya mempererat ikatan batin, tetapi juga mempercepat pemulihan kesehatan ibu dan menunda kehamilan (Hasil & Kepada, n.d.). Namun, ketidaktahuan mengenai teknik menyusui seringkali berujung pada tingginya risiko kematian bayi di negara berkembang. Teknik menyusui yang benar didefinisikan sebagai metode pemberian ASI dengan perlekatan dan posisi ibu-bayi yang tepat (PENDID~1, n.d.).

Kondisi di Desa O'o mencerminkan rendahnya cakupan tersebut. Hal ini dipicu oleh tradisi turun-temurun yang menganggap bayi rewel sebagai tanda lapar, sehingga pada usia 3 bulan bayi seringkali sudah diberikan makanan tambahan seperti pisang atau bubur instan. Banyak ibu di lokasi ini belum memahami esensi ASI eksklusif selama 6 bulan penuh. Faktor kepraktisan dan harga bubur kemasan yang ekonomis menjadi alasan utama ibu memberikan makanan tambahan dini, meskipun secara gizi belum memenuhi kebutuhan bayi. Mengingat peran vital tenaga kesehatan dalam memberikan dukungan dan pendidikan kesehatan (Bellù and Condò, 2017), maka edukasi teknik menyusui di Desa O'o menjadi sangat mendesak untuk dilaksanakan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 21 Oktober 2025 di Puskesmas Dompu Timur, Desa O'o, Kecamatan Dompu dengan sasaran ibu nifas dan ibu menyusui aktif sebanyak 10 orang. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan

metode sosialisasi dan pendampingan langsung. Edukasi diberikan dengan bantuan media leaflet yang disusun secara sistematis agar mudah dipahami oleh masyarakat awam. Penggunaan media ini bertujuan agar ibu memiliki panduan mandiri yang dapat dibaca kembali di rumah untuk memastikan keberlanjutan praktik teknik menyusui yang benar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Berdasarkan kegiatan pengabdian yang dilakukan di Puskesmas Dompu Timur, diperoleh hasil sebagai berikut:

1. **Tingkat Pengetahuan Peserta:** Sebelum edukasi dilakukan (*pre-test*), hanya 4 dari 10 ibu nifas (40%) yang memahami teknik menyusui dengan benar. Setelah diberikan intervensi edukasi, hasil *post-test* menunjukkan peningkatan signifikan, di mana 9 dari 10 ibu nifas (90%) telah memiliki pemahaman yang baik.
2. **Observasi Praktik:** Secara langsung, ibu nifas menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan posisi menyusui yang benar dan terlihat lebih terampil dalam melakukan perlekatan antara mulut bayi dan payudara.
3. **Profil Sasaran:** Mayoritas peserta memiliki latar belakang pekerjaan sebagai petani dan awalnya memiliki pemahaman minim mengenai pemberian kolostrum atau ASI pertama pada bayi baru lahir.



Gambar 1. Pemberian Edukasi

PEMBAHASAN

Peningkatan pengetahuan dari 40% menjadi 90% membuktikan bahwa edukasi laktasi melalui metode tatap muka dan demonstrasi sangat efektif. Transformasi kognitif ini terjadi karena materi disampaikan secara langsung dan menggunakan media

yang mudah dipahami, sehingga mampu meruntuhkan miskonsepsi bahwa menyusui hanyalah proses insting alami.

Keberhasilan praktis yang ditunjukkan peserta (berkurangnya hambatan mekanis seperti nyeri puting) sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa teknik menyusui yang tepat adalah kunci kenyamanan ibu dan bayi. Hal ini menjadi fondasi penting bagi keberhasilan program ASI eksklusif di Desa O'o.

Terkait hambatan di lapangan, sulitnya mengumpulkan massa karena kesibukan sebagai petani menunjukkan bahwa faktor sosiologis dan ekonomi sangat memengaruhi akses informasi kesehatan. Rendahnya literasi awal mengenai ASI pertama (kolostrum) mengindikasikan bahwa pengaruh budaya lokal masih sangat kuat. Oleh karena itu, edukasi laktasi tidak bisa hanya diberikan kepada ibu, tetapi harus melibatkan keluarga sebagai sistem pendukung (support system). Dukungan psikologis dari suami dan keluarga terdekat sangat krusial dalam menjaga stabilitas emosional ibu, yang secara fisiologis akan mendukung kelancaran produksi ASI melalui refleksi oksitosin.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan edukasi di Puskesmas Dompu Timur berhasil meningkatkan pemahaman ibu nifas mengenai teknik menyusui secara signifikan. Penggunaan media leaflet terbukti efektif sebagai instrumen pendukung dalam mempermudah penyerapan informasi. Meski demikian, tingginya kebutuhan akan informasi di Desa O'o menunjukkan bahwa program edukasi berkelanjutan sangat diperlukan untuk mengoptimalkan capaian target ASI Eksklusif di wilayah tersebut.

Saran

Disarankan kepada para ibu menyusui untuk secara konsisten mengaplikasikan teknik menyusui yang benar di rumah dan bersedia berbagi pengetahuan tersebut kepada lingkungan sekitar. Bagi Puskesmas Dompu

Timur, diharapkan dapat mengintegrasikan program edukasi dan konseling laktasi sejak masa kehamilan (Antenatal Care) guna membekali kesiapan ibu lebih dini. Selain itu, bagi peneliti selanjutnya, perlu dilakukan evaluasi jangka panjang untuk memantau keberlanjutan praktik menyusui hingga bayi berusia 6 bulan guna mengukur efektivitas nyata edukasi terhadap capaian ASI Eksklusif.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Abekah-Nkrumah, et al (2020). Examining working mothers' experience of exclusive breastfeeding in Ghana International Breastfeeding Journal, 15(1), 1–10.
- [2] Bellù, R., & Condò, M. (2017). Breastfeeding promotion: evidence and problems. *La Pediatria Medica e Chirurgica: Medical and Surgical Pediatrics*, 39(2), 156.
- [3] Hasil, A., & Kepada, P. (n.d.). Penyuluhan Tentang Teknik Menyusui Pada Ibu Menyusui. 4, 216– 219.
- [4] Standar Nasional Pendidikan pada Peraturan Pemerintah No. 19 ayat 1. (n.d.).
- [5] Van Dellen, S.A. et al. (2019) 'The effect of a breastfeeding support programme on breastfeeding duration and exclusivity: a quasi-experiment', *BMC public health*, 19(1), pp. 1–12.