
**KELAS IBU NIFAS SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN PEMBERIAN ASI
EKSKLUSIF DI DESA TRIWARNO KECAMATAN BANYUURIP KABUPATEN
PURWOREJO**

Nurma Ika Zuliyanti

Program Studi Kebidanan D3, Fakultas Sains Teknologi dan Kesehatan,
Institut Teknologi Bisnis Dan Kesehatan Bhakti Putra Bangsa Indonesia
Jl. Soekarno Hatta Borokulon Banyuurip Purworejo
Email: nurma.iz@ibisa.ac.id

ABSTRAK

Kelas ibu nifas dapat menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan pemberian ASI eksklusif, hal ini dapat dilakukan dengan cara memberikan edukasi dan pengetahuan kepada ibu nifas. Edukasi ini dapat membantu ibu nifas memahami manfaat ASI, tatalaksana pendukung serta cara memberikan ASI eksklusif. Data yang diperoleh di Desa Triwaarno terdapat 15 ibu nifas dan 4 diantaranya tidak menyusui secara Eksklusif. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang ASI Eksklusif. Metode yang digunakan dengan penyuluhan menggunakan metode ceramah dengan menggunakan media power point dan liflet yang berisi penjelasan mengenai ASI Eksklusif. Hasil pengabdian masyarakat dilihat dari pre dan post test pengetahuan ibu nifas tentang ASI Eksklusif mengalami peningkatan. Kesimpulan, ibu nifas paham tentang pentingnya ASI eksklusif bagi bayi 0-6 bulan pertama.

Kata kunci: ASI Eksklusif, Kelas Ibu Nifas

A. Latar Belakang

Kunjungan masa nifas sangat dianjurkan pada ibu nifas untuk mengetahui kondisi kesehatannya. Kunjungan masa nifas merupakan kunjungan yang dilakukan ibu nifas ke tenaga kesehatan selama masa nifas yaitu dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan seperti keadaan sebelum hamil, masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu (Eny, 2024). Kunjungan masa nifas dilakukan untuk menilai keadaan ibu dan bayi baru lahir serta untuk menjaga, mendeteksi dan menangani masalah yang terjadi, dilakukan sekurang-kurangnya tiga kali sesuai jadwal yang dianjurkan yaitu pada enam jam sampai dengan tiga hari pasca persalinan, pada hari ke-4 sampai dengan hari ke-28 pasca persalinan dan pada hari ke-29 sampai dengan hari ke-42 pasca (Kemenkes RI, 2019). Kelas ibu nifas dapat menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan pemberian ASI eksklusif, hal ini dapat dilakukan dengan cara memberikan edukasi dan pengetahuan kepada ibu nifas. Edukasi ini dapat membantu ibu nifas memahami manfaat ASI, tatalaksana pendukung serta cara memberikan ASI eksklusif.

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi yang paling baik untuk diberikan kepada bayi dikarenakan kandungan didalamnya yang terdiri dari banyak zat dan faktor protektif penting yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi sehingga angka kesakitan dan angka kematian bayi dapat diturunkan (Afrianty et al., 2023). ASI mengandung zat gizi lengkap yang dibutuhkan oleh seorang bayi dan juga mudah dicerna oleh perut bayi yang kecil dan sensitif. Hanya memberikan ASI saja sangat cukup untuk memenuhi kebutuhan zat gizi bayi di bawah usia enam bulan (Kemenkes RI, 2021). Pemberian ASI akan berhasil apabila ada komitmen ibu untuk memberikan ASI, dilaksanakan secara dini (*early initiation*), posisi menyusui yang benar, menyusukan atas permintaan bayi (*on demand*), serta diberikan secara eksklusif (Kusniyati & Purwati, 2023). Memberikan air susu ibu (ASI) secara eksklusif merupakan bagian dari pelaksanaan standar emas pemberian makanan bayi dan anak (PMBA) yang direkomendasikan oleh WHO dan UNICEF.

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh beberapa faktor salahsatu diantaranya adalah faktor sosial budaya, di mana ibu-ibu yang mempunyai bayi masih dibatasi oleh kebiasaan ataupun kepercayaan yang telah menjadi tata aturan kehidupan dalam suatu wilayah, di mana faktor sosial budaya tersebut mempunyai kecenderungan mengarahkan perilaku ibu untuk tidak mampu memberikan ASI eksklusif. selain itu pengetahuan ibu tentang pentingnya pemberian ASI dan tata laksana pemberian ASI juga masih rendah (Kusniyati & Purwati, 2023).

Kelas ibu nifas yang dilaksanakan di Desa Triwarno bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang pentingnya ASI eksklusif dengan memberikan edukasi tentang manfaat ASI, tatalaksana pendukung serta cara memberikan ASI eksklusif. Data yang diperoleh di Desa Triwarno terdapat 15 ibu nifas yg memiliki bayi usia 0-6 bulan, 4 diantaranya tidak menyusui secara eksklusif. Untuk mengatasi hal tersebut diperlukan adanya Kelas Ibu Nifas Sebagai Upaya Peningkatan Pemberian Asi Eksklusif Di Desa Triwarno Kecamatan Banyuurip Kabupaten Purworejo

B. Metode

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Desa Triwarno Purworejo dengan tahapan; Tahap perencanaan dengan pembentukan dan pembekalan team pelaksana mengenai maksud serta koordinasi dengan pihak Desa mengenai jadwal pelaksanaan kegiatan. Tahap pelaksanaan kegiatan; lokasi Balai Desa Triwarno Purworejo pada tanggal 17 Desember 2024 di ikuti oleh 15 ibu nifas. Langkah pelaksanaan; pendekatan dengan pihak Desa dengan cara perijinan untuk

dilakukan pengabdian masyarakat. Kegiatan diawali dengan pre test kemudian kegiatan penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah tanya jawab dan diskusi mengenai ASI Eksklusif serta evaluasi dengan post test.

C. Hasil Dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Kelas Ibu Nifas Sebagai Upaya Peningkatan Pemberian Asi Eksklusif Di Desa Triwarno Kecamatan Banyuurip Kabupaten Purworejo” telah dilaksanakan pada tanggal 17 Desember 2024 pukul 09.00 WIB sampai selesai di Balai Desa Triwarno. Kegiatan penyuluhan kesehatan kali ini dihadiri oleh 15 ibu nifas. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan berjalan dengan lancar, antusiasme ibu nifas baik selama mengikuti semua kegiatan.

Proses kegiatan dimulai dengan pelaksanaan pretest, dilanjutkan dengan penyampaian materi penyuluhan tentang ASI Eksklusif. Dilanjutkan dengan diskusi tanya jawab interaktif untuk mendiskusikan terkait materi yang disampaikan. Untuk menilai keberhasilan penyuluhan, diakhir sesi peserta dievaluasi dengan posttest dimana soal *posttest* sama seperti soal *pretest*. Soal *pretest* terdiri atas 10 pertanyaan yang berisi materi yang disampaikan.

Tabel 1. Tabulasi Data Hasil Pencapaian Target Luaran Ibu Balita

Indikator	Pre-test		Post-test		
	F	%	F	%	
Pengetahuan ibu nifas tentang ASI Eksklusif	Baik	4	26.6	12	80
	Cukup	3	20	3	20
	Kurang	8	53.4	0	0

Berdasarkan tabel 1. Dari 15 ibu nifas yang mengerjakan soal *pretest* diperoleh hasil rata-rata memiliki pengetahuan tentang ASI Eksklusif pada kategori kurang yaitu 53.4%. Setelah dilakukan edukasi pada ibu balita, rata-rata berpengetahuan baik sebesar 80%. Berdasarkan hasil post test bahwa ibu nifas sudah paham akan hal yang dilakukan dalam hal ASI Eksklusif. Hal ini dapat dilihat dari kemampuan peserta dalam menjawab pertanyaan setelah dilakukan penyuluhan. Dari penilaian tersebut dapat diketahui bahwa dari hasil penyuluhan kesehatan yang disampaikan kepada peserta dapat dipahami, dimengerti, peserta tahu, mau dan akan mampu melakukan perilaku sehat di kehidupan sehari-hari.

Kenaikan tersebut akibat dari intervensi penyuluhan yang diberikan yang dimana ibu nifas belum memahami tentang ASI Eksklusif menjadi tahu dan memahami. Pemikiran ini sejalan dengan (Notoatmodjo, 2014) yang menjelaskan pengetahuan adalah suatu kondisi pemahaman seseorang setelah melakukan pengamatan terhadap suatu objek tertentu. Pengamatan menggunakan pancaindra manusia, yaitu indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba, manusia dapat memperoleh pengetahuan lebih banyak melalui indra penglihatan dan pendengaran.

ASI mengandung zat gizi lengkap yang dibutuhkan oleh seorang bayi dan juga mudah dicerna oleh perut bayi yang kecil dan sensitif. Hanya memberikan ASI saja sudah sangat cukup untuk memenuhi kebutuhan zat gizi bayi di bawah usia enam bulan. Pemberian ASI eksklusif

sangat didukung oleh pemerintah hingga diatur dalam Undang – undang Nomor 33 tahun 2012 untuk mendukung para ibu menyusui secara eksklusif. Dalam peraturan dinyatakan bahwa menyusui secara eksklusif wajib bagi ibu sejak bayi lahir sampai berusia enam bulan (Eny, 2024). Pengetahuan ibu tentang ASI Eksklusif dapat mempengaruhi ibu dalam memberikan ASI Eksklusif. Semakin baik pengetahuan Ibu tentang manfaat ASI Eksklusif, maka ibu akan memberikan ASI Eksklusif pada anaknya. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah pengetahuan ibu tentang manfaat ASI Eksklusif, maka semakin sedikit pula ibu memberikan ASI Eksklusif (Putri et al., 2022). Pengetahuan menjadi salah satu faktor penyebab kegagalan pemberian ASI Eksklusif. Pengetahuan tidak hanya didapatkan dari Pendidikan formal, melainkan dapat diperoleh dari Pendidikan nonformal, misalnya melalui kegiatan penyuluhan, Kegiatan penyuluhan diharapkan dapat membuka wawasan dan menambah pengetahuan orangtua khususnya mengenai ASI Eksklusif sehingga berdampak pada peningkatan derajat kesehatan keluarga.

Berdasarkan hasil edukasi ASI Ekklusif di Desa Triwarno Purworejo, diperoleh hasil pencapaian menurut perbandingan pengisian kuesioner sebelum dan sesudah dilakukannya sosialisasi, yaitu menunjukkan adanya perubahan positif dan peningkatan yang signifikan dari setiap indikator, sehingga dapat disimpulkan bahwa program edukasi ASI Ekklusif di Desa Triwarno Purworejo berhasil meningkatkan kualitas pengetahuan dan pemahaman ibu nifas dan dapat memberikan ASI secara Eksklusif pada bayinya di usia 0-6 bulan pertama dan berlanjut sampai 2 tahun.

D. Simpulan

Meningkatnya tingkat pengetahuan dan pemahaman ibu nifas tentang ASI Eksklusif, sehingga ibu nifas dapat memberikan ASI secara Eksklusif pada bayi nya

E. Saran

Diharapkan dilakukan penyuluhan dan pendampingan yang berkelanjutan dan berkesinambungan oleh Bidan Desa dan Kader tentang pemberian ASI eksklusif

F. Ucapan Terimakasih

Kepala Desa Triwarno, LPMPI IBISA, serta Semua pihak yang terkait dalam menyelesaikan penyusunan Laporan Pengabdian Kepada Masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrianty, I., Saputri, E., Rosmiati, R., Tukatman, T., Bangu, B., & Baeda, A. G. (2023). Edukasi Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Nifas di Rumah Sakit Benyamin Guluh Kolaka. *Jurnal Pengabdian Meambo*, 2(1), 8–13. <https://doi.org/10.56742/jpm.v2i1.42>
- Eny, I. (2024). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas. In *Mahakarya Citra Utama Group* (Issue 1).
- Kusniyati, E., & Purwati, H. (2023). Pembinaan Ibu Nifas Sebagai Upaya Peningkatan Keberhasilan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Pemberian Edukasi Dan Ketrampilan Tentang Manajemen Laktasi. *Media Abdimas Indonesia*, 1(2), 93–98. <https://doi.org/10.29082/mai.v1i2.15>
- Notoatmodjo. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. https://books.google.co.id/books?id=D9_YDwAAQBAJ&pg=PA369&lpg=PA369&dq=Prawirohardjo,+Sarwono.+2010.+Buku+Acuan+Nasional+Pelayanan+Kesehatan++Maternal+dan+Neonatal.+Jakarta+:+PT+Bina+Pustaka+Sarwono+Prawirohardjo.&source=bl&ots=riWNmMFyEq&sig=ACfU3U0HyN3I
- Putri, T., Dian Ayubi, & Karjoso, T. K. (2022). Determinan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Ciangsana Kabupaten Bogor. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(9), 1081–1092. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i9.2485>