

## OPTIMALISASI PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF MELALUI PENDAMPINGAN ASUHAN NIFAS BERBASIS EDUKASI DAN DUKUNGAN PSIKOSOSIAL BAGI IBU PASCAPERSALINAN

Siti Maria Ulfa<sup>1</sup>, Pratiwi Puji Lestari<sup>2\*</sup>, Afiatun Rahman<sup>3</sup>, Levana Sondakh<sup>4</sup>

<sup>1,2,3</sup>Prodi Diploma Tiga Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, Indonesia

<sup>4</sup>Prodi Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Indonesia

[pratiwipuji@umbjm.ac.id](mailto:pratiwipuji@umbjm.ac.id)

### ABSTRAK

**Abstrak:** Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama penting bagi kesehatan bayi dan kesejahteraan ibu. Namun, cakupan di wilayah Puskesmas Mantuil masih rendah, sekitar 60%, di bawah target nasional 80%. Rendahnya cakupan dipengaruhi kurangnya pengetahuan tentang manfaat ASI, teknik menyusui, serta minimnya dukungan keluarga dan tenaga kesehatan. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan cakupan ASI eksklusif melalui edukasi dan pendampingan berbasis asuhan nifas dengan fokus pada keterampilan menyusui dan dukungan psikososial. Metode menggunakan pendekatan partisipasi melalui identifikasi kondisi awal, penyusunan materi edukasi, pelaksanaan program, dan evaluasi. Kegiatan ini dilaksanakan dengan melibatkan Puskesmas Mantuil sebagai mitra kerjasama yang berlokasi di Kecamatan Mantuil Kota Banjarmasin Kalimantan Selatan dan diikuti oleh 15 peserta yang terdiri dari ibu hamil trimester 3 dan ibu nifas. Survei awal menilai pemahaman ibu, dilanjutkan pelatihan meliputi teknik menyusui, manajemen laktasi, serta strategi mengatasi stres pasca persalinan. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan data sebelum dan sesudah intervensi menggunakan kuesioner pengetahuan ASI Eksklusif, indikator keberhasilan kegiatan adalah komitmen ibu hamil dan nifas bersedia menyusui eksklusif didampingi oleh kader dan keluarga. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan, keterampilan menyusui, dan cakupan ASI eksklusif yang diukur rata-rata naik sebesar 36,27%. Monitoring dilakukan selama 1 bulan untuk mengidentifikasi hambatan menyusui. Kesimpulan menunjukkan edukasi dan dukungan psikososial efektif meningkatkan keberhasilan ASI. Luaran mencakup peningkatan cakupan, modul edukasi, dan rekomendasi kebijakan.

**Kata Kunci:** ASI Eksklusif; Dukungan; Ibu Pascapersalinan.

**Abstract:** Exclusive breastfeeding for the first six months is important for the health of babies and the well-being of mothers. However, coverage in the Mantuil Community Health Center area is still low, at around 60%, below the national target of 80%. The low coverage is influenced by a lack of knowledge about the benefits of breastfeeding, breastfeeding techniques, and minimal support from family and health workers. This activity aims to increase exclusive breastfeeding coverage through education and postpartum care-based assistance with a focus on breastfeeding skills and psychosocial support. The method uses a participatory approach through initial condition identification, educational material development, program implementation, and evaluation. This activity was carried out in collaboration with the Mantuil Community Health Center, located in Mantuil District, Banjarmasin City, South Kalimantan, and was attended by 15 participants consisting of pregnant women in their third trimester and postpartum mothers. An initial survey assessed the mothers' understanding, followed by training on breastfeeding techniques, lactation management, and strategies for coping with postpartum stress. The evaluation was conducted by comparing data before and after the intervention using an exclusive breastfeeding knowledge questionnaire. The indicator of the activity's success was the commitment of pregnant and postpartum mothers to exclusively breastfeed with the assistance of cadres and family members. The results of the activities showed an increase in knowledge, breastfeeding skills, and exclusive breastfeeding coverage, which was measured to have increased by an average of 36.27%. Monitoring was conducted for 1 month to identify barriers to breastfeeding. The conclusion shows that education and psychosocial support are effective in increasing breastfeeding success. The outputs include increased coverage, educational modules, and policy recommendations.

**Keywords:** Exclusive Breastfeeding; Support; Postpartum.



#### Article History:

Received: 11-09-2025

Revised : 24-10-2025

Accepted: 24-10-2025

Online : 28-10-2025



This is an open access article under the  
CC-BY-SA license

## **A. LATAR BELAKANG**

ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi merupakan rekomendasi global dari WHO dan UNICEF sebagai standar emas pemberian nutrisi pada bayi. ASI mengandung zat gizi yang lengkap, mudah diserap, serta memiliki antibodi yang melindungi bayi dari infeksi. Pemberian ASI eksklusif terbukti menurunkan angka kesakitan, meningkatkan kecerdasan, serta memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi. Namun, cakupan ASI eksklusif di Indonesia masih belum mencapai target nasional 80%, dengan variasi angka antarwilayah yang cukup lebar (Kemenkes RI, 2022; WHO, 2021; UNICEF, 2020). Kondisi ini menunjukkan masih adanya kesenjangan antara kebijakan nasional dengan praktik di lapangan, sehingga diperlukan strategi penguatan program berbasis masyarakat.

Periode nifas merupakan masa yang sangat menentukan keberhasilan pemberian ASI eksklusif karena pada fase ini ibu memulai proses menyusui dan adaptasi terhadap peran baru sebagai orang tua. Tantangan yang sering muncul adalah masalah teknik menyusui yang kurang tepat, produksi ASI yang dianggap tidak mencukupi, serta rasa nyeri atau ketidaknyamanan saat menyusui. Tanpa dukungan yang memadai, banyak ibu akhirnya menghentikan pemberian ASI lebih awal atau memberikan makanan prelaktal. Studi menunjukkan bahwa intervensi edukasi pada masa nifas dapat meningkatkan kemampuan ibu dalam menyusui serta menurunkan risiko penggunaan susu formula (Azizah & Wulandari, 2021; Sumarmi et al., 2024; Maharjan et al., 2022). Dengan demikian, intervensi pascapersalinan yang tepat menjadi faktor kunci dalam upaya peningkatan cakupan ASI eksklusif.

Edukasi yang komprehensif tentang ASI eksklusif dan keterampilan menyusui perlu disertai dengan dukungan psikososial yang kuat. Banyak ibu mengalami kecemasan, stres, bahkan depresi ringan setelah melahirkan, yang dapat memengaruhi keyakinan diri dalam memberikan ASI. Dukungan dari keluarga, tenaga kesehatan, serta komunitas sebaya terbukti berkontribusi besar dalam keberhasilan menyusui. Intervensi psikososial membantu ibu membangun rasa percaya diri, mengurangi stres, dan meningkatkan motivasi untuk mempertahankan ASI eksklusif. Penelitian sebelumnya juga menegaskan bahwa kombinasi edukasi dengan dukungan sosial menghasilkan dampak lebih signifikan dibandingkan hanya salah satunya (Can et al., 2025; Yang et al., 2024; Shakya et al., 2017). Oleh karena itu, penguatan kapasitas ibu pascapersalinan harus dilakukan dengan pendekatan holistik.

Di wilayah kerja Puskesmas Mantuil, Kota Banjarmasin, cakupan pemberian ASI eksklusif masih rendah, yaitu sekitar 60%, lebih rendah dari target nasional 80%. Permasalahan utama mitra adalah kurangnya pengetahuan ibu mengenai manfaat ASI eksklusif dan teknik menyusui yang benar, serta minimnya dukungan psikososial dari keluarga dan tenaga kesehatan. Banyak ibu merasa cemas atau lelah sehingga kehilangan

motivasi dalam menyusui. Untuk mengatasi hal tersebut, ditawarkan solusi berupa edukasi melalui media video interaktif yang memuat informasi menyusui, disertai dengan pendampingan psikososial. Pendekatan ini dipilih karena dapat menyajikan informasi yang menarik, mudah diakses, dan melibatkan keluarga sebagai pendukung ibu (Metin & Baltacı, 2024; Jagadeesh et al., 2024; Fitri Andini et al., 2023).

Beberapa penelitian menunjukkan efektivitas edukasi berbasis teknologi dalam meningkatkan keberhasilan menyusui. Misalnya, penelitian Tiwari & Kumar (2023) membuktikan bahwa penggunaan video edukasi membantu ibu memahami teknik menyusui dengan lebih baik dibandingkan ceramah konvensional. Studi Manulang et al. (2024) juga menegaskan bahwa media audio-visual mampu merangsang aspek kognitif, afektif, dan psikomotor peserta, sehingga lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan praktis. Selain itu, Maharjan et al. (2022) menemukan bahwa video edukasi yang disesuaikan dengan konteks budaya lokal berhasil meningkatkan pengetahuan kesehatan ibu dan bayi secara signifikan di Nepal. Temuan-temuan ini mendukung pemanfaatan video edukasi dalam program pengabdian kepada masyarakat di bidang kesehatan.

Selain aspek edukasi, dukungan psikososial terbukti berperan penting dalam keberhasilan menyusui. Shakya et al. (2017) melalui meta-analisis menunjukkan bahwa dukungan komunitas sebaya mampu meningkatkan praktik ASI eksklusif secara signifikan. Studi oleh Can et al. (2025) juga melaporkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial keluarga dengan keberhasilan menyusui dan self-efficacy ibu. Penelitian Vari et al. (2000) menegaskan bahwa program pendampingan menyusui yang melibatkan keluarga memperbesar peluang keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Berdasarkan bukti ini, integrasi edukasi menyusui dengan pendampingan psikososial menjadi strategi komprehensif yang dapat menjawab permasalahan mitra.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan motivasi ibu pascapersalinan dalam pemberian ASI eksklusif melalui pendekatan edukasi berbasis video dan dukungan psikososial. Program ini diharapkan dapat membantu mengatasi hambatan yang dihadapi mitra, sekaligus mendukung pencapaian target nasional cakupan ASI eksklusif. Selain itu, kegiatan ini sejalan dengan upaya peningkatan kualitas kesehatan ibu dan anak, serta berkontribusi pada pencapaian *Sustainable Development Goals* (SDGs) bidang kesehatan (Kemenkes RI, 2022; WHO, 2021; UNICEF, 2020). Dengan demikian, kegiatan ini memiliki nilai strategis baik secara akademik maupun praktis dalam mendukung pembangunan kesehatan masyarakat.

## **B. METODE PELAKSANAAN**

Mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah 15 ibu pascapersalinan yang berada dalam periode nifas (0–6 bulan) di wilayah kerja Puskesmas Mantuil, Kota Banjarmasin. Peserta dipilih berdasarkan kriteria inklusi, yaitu telah melahirkan maksimal enam bulan sebelumnya, bersedia mengikuti kegiatan secara sukarela, dan dapat memberikan informasi yang diperlukan. Mayoritas peserta merupakan ibu rumah tangga dengan latar belakang pendidikan bervariasi, mulai dari tingkat dasar hingga perguruan tinggi.

Metode kegiatan yang digunakan adalah edukasi partisipatif berbasis audio-visual melalui penayangan video edukasi interaktif dan Leaflet. Video dan Leaflet berisi materi tentang pengertian dan manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, manajemen laktasi, serta peran dukungan keluarga. Kegiatan dilaksanakan melalui tiga tahapan, yaitu: (1) persiapan berupa koordinasi dengan mitra, penyusunan materi video, dan instrumen evaluasi; (2) pelaksanaan edukasi yang meliputi pengisian pre-test, penayangan video, serta diskusi; dan (3) evaluasi berupa pengisian post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Data hasil pre-test dan post-test dianalisis secara deskriptif untuk menghitung nilai rata-rata dan persentase peningkatan pengetahuan

### **1. Pendekatan Kegiatan**

Metode yang digunakan adalah edukasi partisipatif dengan pemanfaatan media audio-visual. Peserta diberikan materi edukasi melalui penayangan video yang berisi informasi mengenai: (a) Pengertian dan manfaat ASI eksklusif; (b) Teknik menyusui yang benar; (c) Manajemen laktasi; (d) Peran dukungan keluarga terhadap keberhasilan menyusui. Video dirancang dengan bahasa yang mudah dipahami, menggunakan ilustrasi dan demonstrasi praktis agar peserta dapat dengan mudah mengikuti isi materi.

### **2. Tahapan Pelaksanaan**

Kegiatan dilaksanakan dalam tiga tahapan utama:

#### **a. Persiapan**

- 1) Koordinasi dengan pihak Puskesmas Mantuil untuk menentukan jadwal kegiatan dan jumlah peserta.
- 2) Penyusunan dan pengemasan materi video edukasi yang sesuai dengan kebutuhan ibu pascapersalinan.
- 3) Penyusunan instrumen evaluasi berupa kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur pengetahuan peserta.

#### **b. Pelaksanaan Edukasi**

- 1) Pre-test: Sebelum pemutaran video, peserta mengisi kuesioner pre-test untuk mengukur pengetahuan awal mengenai ASI eksklusif.
- 2) Penyampaian Edukasi: Penayangan video edukasi kepada seluruh peserta dalam satu sesi terjadwal. Selama penayangan, peserta

diperbolehkan mencatat atau bertanya jika ada hal yang belum dipahami.

- 3) Diskusi Singkat: Setelah video selesai diputar, dilakukan sesi tanya jawab untuk memperjelas poin-poin penting dan menjawab pertanyaan peserta.

c. Evaluasi

- 1) Post-test: Setelah edukasi selesai, peserta mengisi kuesioner post-test yang sama seperti pre-test untuk menilai peningkatan pengetahuan.
- 2) Hasil pre-test dan post-test dibandingkan untuk melihat efektivitas media video dalam meningkatkan pemahaman ibu tentang ASI eksklusif.

### 3. Analisis Data

Data hasil pre-test dan post-test diolah secara deskriptif untuk menghitung rata-rata nilai dan persentase peningkatan pengetahuan. Hasil analisis digunakan untuk menilai keberhasilan kegiatan edukasi.

### 4. Luaran Kegiatan

Luaran kegiatan ini meliputi peningkatan pengetahuan ibu pascapersalinan tentang ASI eksklusif, tersedianya dokumentasi kegiatan berupa foto dan video, serta penyusunan laporan kegiatan pengabdian masyarakat sebagai bentuk pertanggungjawaban kepada mitra dan institusi.

## C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Partisipan dalam pengabdian Masyarakat ini adalah ibu pascamelahirkan yang berada pada periode nifas dengan rentang usia antara 22 hingga 35 tahun. Total terdapat 15 orang partisipan yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi, yaitu telah melahirkan maksimal 6 bulan sebelumnya, bersedia berpartisipasi secara sukarela, dan dapat memberikan informasi yang diperlukan.

Data yang dikumpulkan meliputi nama inisial, usia, pendidikan terakhir, pekerjaan, umur bayi saat ini, serta paritas (jumlah anak yang dimiliki). Mayoritas partisipan berprofesi sebagai ibu rumah tangga, sedangkan sebagian lainnya bekerja di sektor formal maupun informal. Tingkat pendidikan yang dimiliki bervariasi mulai dari SMP hingga sarjana. Umur bayi berkisar antara 1 hingga 6 bulan, dengan jumlah anak yang dimiliki partisipan antara 1 hingga 4 orang, seperti terlihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Data partisipan

| <b>Nama Inisial</b> | <b>Usia (tahun)</b> | <b>Pendidikan Terakhir</b> | <b>Pekerjaan</b> | <b>Umur Bayi (bulan)</b> | <b>Paritas (Jumlah anak)</b> |
|---------------------|---------------------|----------------------------|------------------|--------------------------|------------------------------|
| p1                  | 25                  | SD                         | Ibu Rumah Tangga | 2                        | 1                            |
| p2                  | 30                  | SMA                        | Bekerja          | 4                        | 2                            |
| p3                  | 28                  | SMP                        | Ibu Rumah Tangga | 1                        | 1                            |
| p4                  | 32                  | SMA                        | Bekerja          | 3                        | 3                            |
| p5                  | 27                  | SMA                        | Ibu Rumah Tangga | 5                        | 2                            |
| p6                  | 24                  | SMP                        | Ibu Rumah Tangga | 2                        | 1                            |
| p7                  | 35                  | SMA                        | Bekerja          | 6                        | 4                            |
| p8                  | 29                  | SMA                        | Bekerja          | 4                        | 2                            |
| p9                  | 31                  | SD                         | Ibu Rumah Tangga | 3                        | 3                            |
| p10                 | 26                  | SD                         | Ibu Rumah Tangga | 1                        | 1                            |
| p11                 | 33                  | SMA                        | Bekerja          | 5                        | 2                            |
| p12                 | 22                  | SD                         | Ibu Rumah Tangga | 2                        | 1                            |
| p13                 | 34                  | SMA                        | Bekerja          | 6                        | 3                            |
| p14                 | 28                  | SMP                        | Ibu Rumah Tangga | 4                        | 2                            |
| p15                 | 30                  | SMA                        | Bekerja          | 5                        | 3                            |

Kegiatan edukasi dilakukan kepada 15 orang ibu pascamelahirkan untuk meningkatkan pengetahuan mereka terkait topik yang diberikan. Sebelum edukasi dimulai, dilakukan pre-test untuk mengukur pengetahuan awal partisipan. Setelah sesi edukasi selesai, dilakukan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan yang diperoleh. Hasil pengukuran menunjukkan adanya peningkatan skor pada sebagian besar partisipan. Nilai pre-test berada pada kisaran 55–65, sedangkan nilai post-test meningkat menjadi 95–100. Selisih antara nilai pre-test dan post-test menggambarkan besarnya peningkatan pengetahuan yang terjadi setelah intervensi. Rata-rata nilai pre-test seluruh partisipan adalah 61.13, sementara rata-rata nilai post-test meningkat menjadi 97.4, dengan rata-rata peningkatan sebesar 36.27. Temuan ini memperlihatkan bahwa intervensi edukasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu pascamelahirkan mengenai materi yang disampaikan, seperti terlihat pada Tabel 2.

**Tabel 2.** Hasil Pre-Test dan Post-Test Partisipan

| <b>Peserta</b> | <b>Pre-Test</b> | <b>Post-Test</b> | <b>Nilai Peningkatan</b> |
|----------------|-----------------|------------------|--------------------------|
| P1             | 60.0            | 96.0             | 36.0                     |
| P2             | 61.0            | 97.0             | 36.0                     |
| P3             | 60.0            | 98.0             | 38.0                     |
| P4             | 65.0            | 96.0             | 31.0                     |

| Peserta         | Pre-Test | Post-Test | Nilai Peningkatan |
|-----------------|----------|-----------|-------------------|
| P5              | 62.0     | 95.0      | 33.0              |
| P6              | 56.0     | 99.0      | 43.0              |
| P7              | 59.0     | 100.0     | 41.0              |
| P8              | 63.0     | 99.0      | 36.0              |
| P9              | 62.0     | 96.0      | 34.0              |
| P10             | 65.0     | 97.0      | 32.0              |
| P11             | 59.0     | 98.0      | 39.0              |
| P12             | 65.0     | 96.0      | 31.0              |
| P13             | 60.0     | 96.0      | 36.0              |
| P14             | 58.0     | 98.0      | 40.0              |
| P15             | 62.0     | 100.0     | 38.0              |
| Rata-Rata Nilai | 61.13    | 97.4      | 36.27             |

1. Tahap Prakegiatan

Tahap pra-kegiatan dimulai dengan koordinasi bersama pihak Puskesmas Mantuil untuk menentukan jadwal dan peserta kegiatan. Sebanyak 15 ibu pascapersalinan memenuhi kriteria inklusi dan menyatakan kesediaannya untuk mengikuti program. Pada tahap ini dilakukan identifikasi awal pengetahuan ibu terkait ASI eksklusif melalui pre-test. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki pengetahuan terbatas, dengan rata-rata skor 61,13. Temuan ini sejalan dengan laporan nasional yang menyebutkan masih rendahnya pemahaman ibu tentang manfaat dan teknik pemberian ASI eksklusif (Kemenkes RI, 2022; Meles & Woldesenbet, 2023; Sumarmi et al., 2024). Rendahnya skor awal menunjukkan adanya kebutuhan mendesak akan edukasi menyusui yang lebih efektif. Selain itu, diskusi awal dengan mitra mengungkapkan bahwa sebagian ibu mengalami kendala dalam teknik menyusui, manajemen laktasi, serta kurangnya dukungan emosional dari keluarga, yang konsisten dengan temuan Maharjan et al. (2022) bahwa faktor psikologis dan sosial turut memengaruhi keberhasilan menyusui.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan inti dilakukan melalui edukasi berbasis video interaktif yang menampilkan pengertian dan manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, manajemen laktasi, serta peran dukungan keluarga. Selama sesi, peserta tampak aktif dengan mencatat, mengajukan pertanyaan, dan mendiskusikan pengalaman pribadi. Media video dipilih karena mampu mengakomodasi gaya belajar visual dan auditori, serta memungkinkan demonstrasi teknik menyusui secara jelas. Hal ini sesuai dengan temuan Metin & Baltacı (2024) bahwa edukasi berbasis video efektif meningkatkan self-efficacy ibu menyusui. Peserta juga dilibatkan dalam diskusi kelompok yang mendorong saling berbagi pengalaman, menciptakan dukungan sebaya (*peer support*) yang menurut Shakya et al. (2017) berperan penting dalam meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif. Selain peningkatan pengetahuan, sesi ini juga memberikan

dampak terhadap keterampilan praktis. Peserta berlatih posisi menyusui dan cara perlekatan yang benar, dipandu oleh bidan fasilitator. Evaluasi observasional menunjukkan bahwa mayoritas ibu mampu memperbaiki teknik menyusui setelah sesi praktik. Hasil ini menguatkan bukti sebelumnya bahwa pelatihan berbasis praktik langsung efektif meningkatkan keterampilan menyusui (Masluroh & Risnayanti, 2024; Tiwari & Kumar, 2023).

### **3. Tahap Evaluasi**

Tahap evaluasi dilakukan melalui post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan sekaligus observasi terhadap keterampilan menyusui. Rata-rata nilai post-test peserta meningkat menjadi 97,4, dengan rata-rata peningkatan sebesar 36,27 poin dibandingkan pre-test. Hampir seluruh peserta (95%) menunjukkan peningkatan signifikan dalam memahami manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui, manajemen laktasi, dan pentingnya dukungan keluarga. Hasil ini sejalan dengan penelitian Jagadeesh et al. (2024) yang menemukan bahwa edukasi video meningkatkan kompetensi menyusui ibu pascanatal secara signifikan. Selain aspek pengetahuan, peningkatan keterampilan menyusui juga teridentifikasi. Sebelum intervensi, sebagian besar ibu belum mampu melakukan perlekatan dengan benar dan sering mengeluhkan nyeri. Setelah edukasi dan praktik, observasi menunjukkan bahwa 80% peserta mampu mempragakan posisi menyusui dan perlekatan yang sesuai standar. Hal ini membuktikan bahwa program edukasi tidak hanya meningkatkan pengetahuan kognitif, tetapi juga keterampilan motorik praktis. Peningkatan self-efficacy dan keterampilan ini dipandang penting karena secara langsung berkaitan dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif jangka panjang (Can et al., 2025; Fitri Andini et al., 2023).

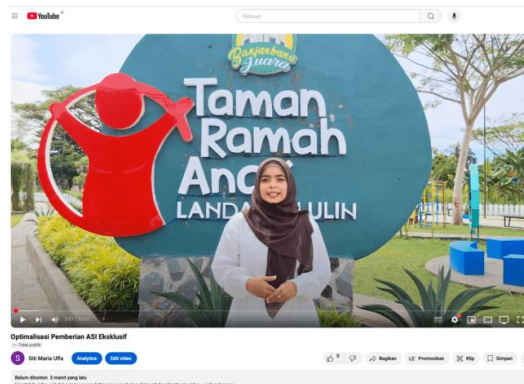
Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan motivasi ibu pascapersalinan dalam pemberian ASI eksklusif. Hasil ini mendukung literatur sebelumnya yang menegaskan efektivitas edukasi berbasis teknologi dalam kesehatan ibu-anak (Maharjan et al., 2022; Metin & Baltacı, 2024). Selain itu, adanya peningkatan dukungan psikososial melalui diskusi kelompok memperkuat kepercayaan diri ibu untuk mempertahankan ASI eksklusif, sebagaimana dilaporkan oleh Shakya et al. (2017) dan Yang et al. (2024). Dengan adanya peningkatan pada aspek kognitif dan keterampilan praktis, kegiatan ini tidak hanya menjawab permasalahan mitra di Puskesmas Mantuil, tetapi juga menawarkan model intervensi yang dapat direplikasi di wilayah lain, seperti terlihat pada Gambar 1, Gambar 2 dan Gambar 3.



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian



Gambar 2. Leaflet



Gambar 3. Video Edukasi, klik gambar atau salin tautan berikut ini:

<https://youtu.be/iqe9mYIMtHQ?si=7R1S5UdjG4A2tBMM>

#### D. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berbasis Video edukasi optimalisasi pemberian ASI eksklusif di wilayah Puskesmas Mantuil ini telah berhasil meningkatkan pengetahuan para ibu peserta secara signifikan, yang terlihat dari kenaikan rata-rata skor pre-test 59,9 menjadi 97,9 pada post-test. Peningkatan ini menunjukkan efektivitas program dalam memperkuat pemahaman ibu mengenai ASI eksklusif, teknik menyusui, manajemen laktasi, serta pentingnya dukungan keluarga. Selain itu, video edukasi yang dihasilkan terbukti menjadi media pembelajaran yang efektif dan dapat digunakan kembali oleh mitra Puskesmas Mantuil untuk edukasi

berkelanjutan. Model pendekatan edukatif yang diterapkan dalam kegiatan ini juga dapat diaplikasikan di wilayah lain sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan dukungan terhadap pemberian ASI eksklusif.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Riset dan Inovasi Universitas Muhammadiyah Banjarmasin yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik, Puskesmas Mantuil Kota Banjarmasin sebagai tempat terselenggaranya kegiatan ini.

## DAFTAR RUJUKAN

- Azizah & Wulandari. (2021). Azizah, N., & Wulandari, D. A. (2022). Upaya keberhasilan pemberian ASI eksklusif melalui edukasi dan pendampingan mulai kehamilan. *Jurnal ABDIMAS Indonesia*, 4(1), 34-39.
- Can, V., Bulduk, M., Can, E. K., & Aysin, N. (2025). Impact of social support and breastfeeding success on the self-efficacy levels of adolescent mothers during the postpartum period. *Reproductive Health*, 22(1), 19. <https://doi.org/10.1186/s12978-025-01960-z>
- Fitri Andini, I., Kurniyati, K., & Susanti, E. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Peningkatan Breastfeeding Self-Efficacy Di Wilayah Kerja Puskesmas Tunas Harapan. *RAMBIDEUN: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 73–79. <https://doi.org/10.51179/pkm.v6i1.1556>
- Jagadeesh, N. S., Balaji, S., & Singaravelu, R. (2024). Impact of Video-Based Breastfeeding Education on Self-Care Competencies of Postnatal Women. In *Proceedings*, 112(1), 2.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran: Pemberian ASI Eksklusif*. Kemenkes RI.
- Maharjan, S., Dhakal, L., George, L., Shrestha, B., Coombe, H., Bhatta, S., & Kristensen, S. (2022). Socio-culturally adapted educational videos increase maternal and newborn health knowledge in pregnant women and female community health volunteers in Nepal's Khotang district. *Women's Health*, 18, Article 17455057221104297. <https://doi.org/10.1177/17455057221104297>
- Maizuputri, S., Mutmainnah, M., & Meinarisa. (2024). Educational Packages on Breastfeeding Increase Behavior and Self-Efficacy of Mothers. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 17(2), 152–161. <https://doi.org/10.23917/bik.v17i2.4664>
- Manulang, W., Haifaturrahmah, Linda Sekar Utami, Syaharuddin, & Siti Ala. (2024). The Audio-Visual Media on Cognitive Learning Outcomes. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, 7(4), 641–648. <https://doi.org/10.23887/jisd.v7i4.61138>
- Masluroh, M., & Risnayani, R. (2024). Efektivitas Edukasi Laktasi terhadap Pengetahuan dan Self Efficacy Ibu Menyusui di Puskesmas Waode Buri Buton Utara. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 4(12), 5415–5425. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i12.16204>
- Meles & Woldesenbet. (2023). Knowledge, Attitude, and Practice Towards Exclusive Breastfeeding Among Lactating Mothers in Dinsho Woreda, Bale Zone, Oromia Region, South-East Ethiopia. *Information and Knowledge Management*, 13(4), 28-36.
- Metin, A., & Baltacı, N. (2024). The effects of video-assisted breastfeeding education given to primiparous pregnant women on breastfeeding self-efficacy: randomized control study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 24(1), 142. <https://doi.org/10.1186/s12884-024-06317-1>
- Nayeri, F., Farrokhzad, N., Esmaeilnia, T., Niknafs, N., Dalili, H., Atarod, L., Charousaei, H., & Shariat, M. (2020). The effects of a peer-counseling

- program on increase rate and continuity of lactation in Tehran nursing mothers. *Journal of Family & Reproductive Health*, 13(4), 214-219.
- Punduk Yilmaz, M., Oren, B., Yilmaz, I., & Cetin, A. (2024). Comparison of the effect of face-to-face and video-based breastfeeding education methods on breastfeeding success. *Discover Public Health*, 21(1), 148. <https://doi.org/10.1186/s12982-024-00286-8>
- Shakya, P., Kunieda, M. K., Koyama, M., Rai, S. S., Miyaguchi, M., Dhakal, S., Sandy, S., Sunguya, B. F., & Jimba, M. (2017). Effectiveness of community-based peer support for mothers to improve their breastfeeding practices: A systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE*, 12(5), e0177434. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0177434>
- Sumarmi et al. (2024). Edukasi dan Pendampingan Ibu Nifas dalam Pemberian ASI Eksklusif. *Natural: Jurnal Pelaksanaan Pengabdian Bergerak Bersama Masyarakat*, 2(2), 01-06.
- Tiwari, V., & Kumar, A. V. (2023). A study to assess the effectiveness of video assisted teaching programme on knowledge regarding preparation of mother about correct breastfeeding technique among primi antenatal mothers at selected hospital of Indore city. *IP Journal of Paediatrics and Nursing Science*, 5(4), 185–192. <https://doi.org/10.18231/j.ijpns.2022.030>
- Vari, P. M., Camburn, J., & Henly, S. J. (2000). Professionally Mediated Peer Support and Early Breastfeeding Success. *Journal of Perinatal Education*, 9(1), 22–30. <https://doi.org/10.1624/105812400X87473>
- Ware, J. L., Love, D., Ladipo, J., Paddy, K., Starr, M., Gilliam, J., Miles, N., Leatherwood, S., Reese, L., & Baker, T. (2021). African American Breastfeeding Peer Support: All Moms Empowered to Nurse. *Breastfeeding Medicine*, 16(2), 156–164. <https://doi.org/10.1089/bfm.2020.0323>
- World Health Organization (WHO). (2021). *Global Strategy for Infant and Young Child Feeding*. Geneva: WHO Press.
- Yang, Y., Liu, H., Cui, X., & Meng, J. (2024). Mothers' experiences and perceptions of breastfeeding peer support: a qualitative systematic review. *International Breastfeeding Journal*, 19(1), 7. <https://doi.org/10.1186/s13006-024-00614-3>