



Pendidikan Kesehatan Bagi Ibu Menyusui Melalui Media Digital

Fela Putri Hariastuti¹, Andin Ajeng Rahmawati², Devi Endah Saraswati³

^{1,2,3}ISTeK Insan Cendekia Husada Bojonegoro, Jawa Timur, Indonesia

Penulis Korespondensi:

Fela Putri Hariastuti

felaputri8@gmail.com

Abstrak:

Masa menyusui merupakan periode penting dalam kehidupan ibu dan anak yang berperan besar dalam menunjang tumbuh kembang anak secara optimal. Pemberian ASI yang optimal, khususnya ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, terbukti berkontribusi terhadap penurunan risiko infeksi, peningkatan kecerdasan, serta pencegahan masalah gizi pada anak. Anak yang diberi ASI eksklusif akan tumbuh dan berkembang secara optimal dan tidak mudah sakit. Ketidakseimbangan pemenuhan gizi pada bayi akan berdampak buruk pada kualitas sumber daya manusia yang dapat dilihat dari terhambatnya tumbuh kembang bayi. Permasalahan tentang menyusui diakibatkan dari kurangnya pemahaman dan pengetahuan ibu tentang pemberian ASI. Pengabdian masyarakat dilaksanakan di Desa Pagerwesi, Kecamatan Trucuk, Kabupaten Bojonegoro, Provinsi Jawa Timur. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan melakukan pendampingan pada ibu menyusui sebanyak 6 kali dalam 6 minggu. Jumlah sasaran yang didampingi sebanyak 6 ibu menyusui. Pendidikan kesehatan yang diberikan kepada ibu menyesuaikan dengan permasalahan yang sedang dialami ibu selama dilakukan pendampingan ini. Hasil pengabdian masyarakat adalah terdapat peningkatan pengetahuan pada ibu menyusui setelah dilakukan pendampingan dengan pemberian pendidikan kesehatan melalui media digital dengan adanya perbandingan nilai pretest dan posttest. Pendidikan kesehatan melalui media digital memiliki keunggulan dapat diakses tanpa batasna ruang dan waktu, serta sesuai dengan perkembangan teknologi informasi. Pengaplikasian media digital dalam program Pendidikan kesehatan ini sangat diperlukan untuk mencapai mesyarakat yang lebih sehat dan berpengetahuan.

Kata Kunci: Pendidikan kesehatan, ibu menyusui, media digital

Pendahuluan

Masa menyusui merupakan periode penting dalam kehidupan ibu dan anak yang berperan besar dalam menunjang tumbuh kembang anak secara optimal. Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan terbukti mampu menurunkan risiko infeksi, meningkatkan imunitas, dan mengoptimalkan tumbuh kembang bayi secara menyeluruh (Kemenkes RI, 2021). Namun, di balik besarnya manfaat tersebut, praktik ASI eksklusif di Indonesia masih menghadapi tantangan yang tidak sederhana, tingkat keberhasilan ASI eksklusif masih dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan ibu menyusui. Dalam kehidupan sehari-hari, tantangan tersebut tidak jarang membuat ibu merasa cemas, ragu, bahkan kehilangan kepercayaan diri untuk memberikan ASI secara optimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa edukasi menyusui bukan hanya soal penyampaian informasi medis, tetapi juga tentang memberikan dukungan psikologis dan rasa percaya diri kepada para ibu. Sayangnya, metode edukasi konvensional seperti penyuluhan tatap



Diterbitkan oleh :

Perkumpulan Dosen Muslim Indonesia
Sulawesi Selatan

<https://dmi-journals.org/jai/>

muka masih menghadapi berbagai keterbatasan, mulai dari waktu yang tidak fleksibel, keterbatasan tenaga kesehatan, hingga media edukasi yang kurang menarik sehingga sulit diserap oleh ibu (Dinkes Surakarta, 2021).

Desa Pagerwesi merupakan salah satu desa yang secara geografis memiliki akses yang relative mudah ke pusat Kota Bojonegoro, kondisi ini ditunjang oleh ketersediaan sarana transportasi dan infrastruktur jalan yang memadai, sehingga masyarakat Desa Pagerwesi memiliki peluang yang cukup baik untuk mengakses fasilitas kesehatan, Pendidikan, serta sumber informasi dibandingkan dengan wilayah pedesaan yang lebih terpencil. Namun demikian, kemudahan akses tersebut belum sepenuhnya berbanding lurus dengan peningkatan pengetahuan dan praktik kesehatan, khususnya terkait pemberian ASI eksklusif.

Kegagalan dalam proses menyusui disebabkan karena timbulnya beberapa masalah baik masalah pada ibu maupun pada bayi. Kebanyakan ibu beranggapan kegagalan menyusui sering dianggap problem pada anaknya. Masalah menyusui pada ibu yang timbul selama menyusui dapat dimulai sejak sebelum persalinan, pada nifas dini dan persalinan lanjut. Keadaan khusus yaitu ibu sering mengeluh bayinya sering menangis dan menolak menyusu (Maryunani, 2015). Rendahnya tingkat pengetahuan ibu menyusui mengenai ASI eksklusif, hal ini terlihat dari masih banyaknya permasalahan saat menyusui khususnya terkait Teknik menyusui yang baik dan benar.

Upaya kesehatan yang sudah dilakukan oleh Bidan selama kelas ibu hamil masih belum mencukupi pengetahuan ibu tentang keberhasilan ASI. Ketidaktahuan ibu tentang menyusui yang benar dapat diatasi dengan pemberian edukasi kesehatan. Pendidikan kesehatan adalah usaha mengupayakan agar perilaku individu, kelompok atau masyarakat mempunyai pengaruh positif terhadap pemeliharaan dan peningkatan kesehatan (Magdalena & Bolon, 2021). Pendidikan kesehatan melalui media digital memiliki keunggulan dapat diakses tanpa batasan ruang dan waktu, serta sesuai dengan perkembangan teknologi informasi. Pengaplikasian media digital dalam program pendidikan kesehatan ini sangat diperlukan untuk mencapai masyarakat yang lebih sehat dan berpengetahuan.

Pendidikan kesehatan diberikan melalui media digital. Media edukasi kesehatan merupakan alat penting dalam meningkatkan pengetahuan dan promosi kesehatan masyarakat. Penggunaan media digital dan teknologi multimedia seperti video informatif terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan pada berbagai kelompok usia (Aisah dkk., 2021). Media edukasi digital memiliki keunggulan yaitu dapat diakses tanpa batasan ruang dan waktu, serta sesuai dengan perkembangan teknologi informasi. Pengaplikasian media digital dalam program edukasi kesehatan sangat diperlukan untuk mencapai masyarakat yang lebih sehat dan berpengetahuan (Tarsikah dan Wulandari, 2022).

Pendampingan yang dilakukan secara berkesinambungan dan terintegrasi, dengan tujuan memastikan ibu memperoleh asuhan yang komprehensif sesuai dengan kebutuhan pada setiap tahapan. Pendampingan dilakukan sebanyak 6 kali dalam kurun waktu enam minggu memberikan kesempatan bagi tenaga kesehatan untuk melakukan pemantauan secara berkelanjutan, intervensi edukatif yang tepat sasaran serta evaluasi terhadap perubahan pengetahuan dan perilaku sasaran. Pada setiap sesi pendampingan dilakukan pengkajian terhadap kondisi ibu dan bayi termasuk praktik pemberian ASI, status kesehatan ibu menyusui serta pemantauan pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pendampingan ini memungkinkan tenaga kesehatan untuk melakukan deteksi dini terhadap permasalahan, seperti kesulitan menyusui, tanda kurangnya asupan ASI, atau ketidaksesuaian pertumbuhan anak dengan kurva pertumbuhan. Temuan tersebut

kemudian ditindaklanjuti melalui edukasi, konseling dan pemberian solusi bersifat individual melalui media digital.

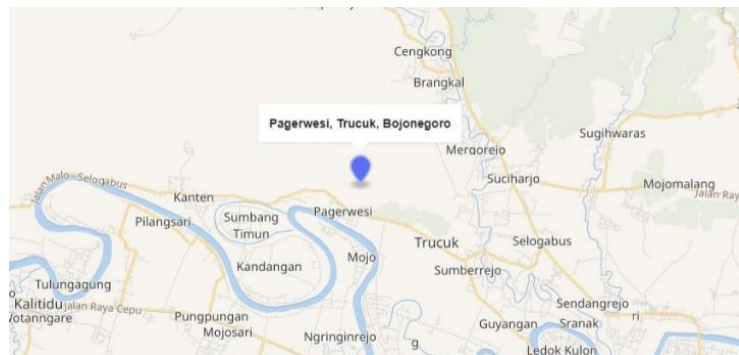
Pendidikan kesehatan melalui media digital diberikan secara bertahap dan berulang membantu memperkuat pemahaman ibu mengenai Teknik menyusui yang benar, manajemen laktasi, serta pentingnya ASI eksklusif dalam mendukung tumbuh kembang anak. Pendidikan kesehatan ini dinilai lebih efektif dibandingkan dengan edukasi satu kali, karena memberikan ruang bagi ibu untuk mempraktikkan pengetahuan yang diperoleh dan mendapatkan umpan balik secara langsung.

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu menyusui untuk meningkatkan pengetahuan ibu melalui media digital, media digital merupakan salah satu strategi efektif dalam upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat.

Metode Pelaksanaan

Pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan cara pendampingan keluarga dengan melakukan kunjungan rumah. Lokasi pengabdian masyarakat terletak di Desa Pagerwesi Kecamatan Trucuk Kabupaten Bojonegoro Provinsi Jawa Timur. Adapun batas wilayah sebagai berikut:

Sebelah Utara	: Kecamatan Parengan
Sebelah Selatan	: Desa Mojo, Kecamatan Kalitidu
Sebelah Barat	: Desa Sumbang Timun, Kecamatan Trucuk
Sebelah Timur	: Desa Sumberejo, Kecamatan Trucuk



Gambar 1. Peta Desa Pagerwesi, Kecamatan Trucuk, Kabupaten Bojonegoro

Sasaran pendampingan adalah ibu menyusui. Jumlah responden yang didampingi sebanyak 6 ibu menyusui. Instrument pendampingan yang digunakan adalah dengan menggunakan format asuhan kebidanan pada ibu menyusui/ alat yang dibawa saat pengabdian masyarakat diantaranya timbangan berat badan, tensimeter, stetoskop dan alat tulis. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat meliputi:

1. Persiapan
 - a. Proses pengurusan perijinan ke lokasi pengabdian masyarakat
 - b. Mengidentifikasi permasalahan serta kebutuhan sasaran pengabdian Masyarakat.
2. Pelaksanaan
 - a. Melakukan pendampingan kepada ibu menyusui sebanyak 6 kali selama 6 minggu dengan melakukan kunjungan kerumah

- b. Memberikan pendidikan kesehatan dengan menggunakan leaflet, buku KIA serta video Kesehatan melalui media digital disesuaikan dengan permasalahan dan kebutuhan pada ibu menyusui

Agenda Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

Kunjungan	Deskripsi Kegiatan	Indikator Evaluasi
Kunjungan 1	1. Pembukaan di Balai Desa 2. Koordinasi dengan Bidan Desa, dan kader terkait dengan responden yang akan didampingi 3. Kunjungan awal ke rumah responden	Ploting responden yang akan didampingi
Kunjungan 2	1. Melakukan Bina Hubungan Saling Percaya (BHSP) kepada responden 2. Kontrak waktu kunjungan sebanyak 6 kali 3. Pengisian <i>informed consent</i> 4. Melakukan pengkajian asuhan kebidanan pada ibu nifas dan menyusui 5. Melakukan pengkajian pada neonatus bayi dan balita 6. Melakukan pengkajian spiritual pada ibu nifas dan menyusui 7. Memberikan asuhan kebidanan disesuaikan dengan kondisi ibu nifas/menyusui dan bayi/balita	- Terjalin BHSP dengan baik - <i>Informed consent</i> yang sudah ditandatangani oleh keluarga - Responden bersedia didampingi sebanyak 6 kali selama 6 minggu - Hasil pengkajian ibu menyusui yang sudah disesuaikan dengan kebutuhan dan permasalahan ibu menyusui - Dokumentasi kegiatan
Kunjungan 3	1. Melakukan pengkajian asuhan kebidanan pada ibu nifas dan menyusui 2. Melakukan pengkajian pada neonatus bayi dan balita 3. Melakukan pengkajian social budaya pada ibu 4. Memberikan asuhan kebidanan disesuaikan dengan kondisi ibu nifas/menyusui dan bayi/balita	- Hasil pengkajian ibu menyusui yang sudah disesuaikan dengan kebutuhan dan permasalahan ibu menyusui - Dokumentasi kegiatan
Kunjungan 4	1. Melakukan pengkajian asuhan kebidanan pada ibu nifas dan menyusui 2. Melakukan pengkajian pada neonatus bayi dan balita 3. Melakukan pengkajian komunikasi, dan konseling dalam praktik kebidanan 4. Memberikan asuhan kebidanan disesuaikan dengan kondisi ibu nifas/menyusui dan bayi/balita 5. Memberikan edukasi tentang metode KB yang bisa digunakan untuk ibu	- Hasil pengkajian ibu menyusui yang sudah disesuaikan dengan kebutuhan dan permasalahan ibu menyusui - Dokumentasi kegiatan
Kunjungan 5	1. Melakukan pengkajian asuhan kebidanan pada ibu nifas dan menyusui 2. Melakukan pengkajian pada neonatus bayi dan balita 3. Memberikan asuhan kebidanan disesuaikan dengan kondisi ibu nifas/menyusui dan bayi/balita 4. Melakukan pengkajian obat-obatan pada ibu menyusui dan bayi 5. Melakukan pemeriksaan DDST 6. Memberikan asuhan kebidanan disesuaikan dengan kondisi ibu nifas/menyusui dan bayi/balita	- Hasil pengkajian ibu menyusui yang sudah disesuaikan dengan kebutuhan dan permasalahan ibu menyusui - Dokumentasi kegiatan
Kunjungan 6	Melakukan evaluasi	- Laporan hasil evaluasi kegiatan - Dokumentasi kegiatan

Indikator keberhasilan dalam pengabdian masyarakat ini berdasarkan hasil pengakajian yang sudah dilakukan dengan tujuan dapat meningkatkan pengetahuan ibu menyusui. Metode evaluasi yang digunakan yaitu dengan melakukan pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan, dengan memberikan soal *pretest* dan *posttest* pada ibu menyusui selama kegiatan pengabdian masyarakat, sehingga permasalahan kesehatan pada ibu menyusui dapat teratasi dengan baik setelah dilakukan pendampingan selama 6 minggu.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan pengabdian masyarakat mulai tanggal 20 November 2025 s/d 10 Januari 2026 dengan melakukan pendampingan kepada 6 ibu menyusui. Kegiatan pendampingan dimulai dengan pembukaan di Balai Desa Pagerwesi, Kecamatan Trucuk, Kabupaten Bojonegoro dengan dihadiri oleh Perangkat Desa setempat, Dosen Pembimbing pengabdian masyarakat, mahasiswa dan ibu yang akan didampingi. Secara garis besar kegiatan ini memberikan informasi terkait kegiatan pendampingan dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan.



Gambar 2. Pembukaan kegiatan pengabdian masyarakat

Sebelum kegiatan pendampingan dalam pengabdian masyarakat, responden dimintai persetujuan untuk dilakukan pendampingan dengan menandatangani *informed consent*.



Gambar 3. Penandatanganan *informed consent*

Pengkajian dilakukan setiap melakukan kunjungan kepada ibu menyusui dan memberikan Pendidikan Kesehatan melalui media digital disesuaikan dengan permasalahan dan kebutuhan ibu menyusui. Pendidikan Kesehatan melalui media digital menggunakan video yang dapat diakses melalui *handphone* masing-masing responden atau menggunakan laptop.

Pendidikan Kesehatan yang diberikan kepada ibu menyusui diantaranya:

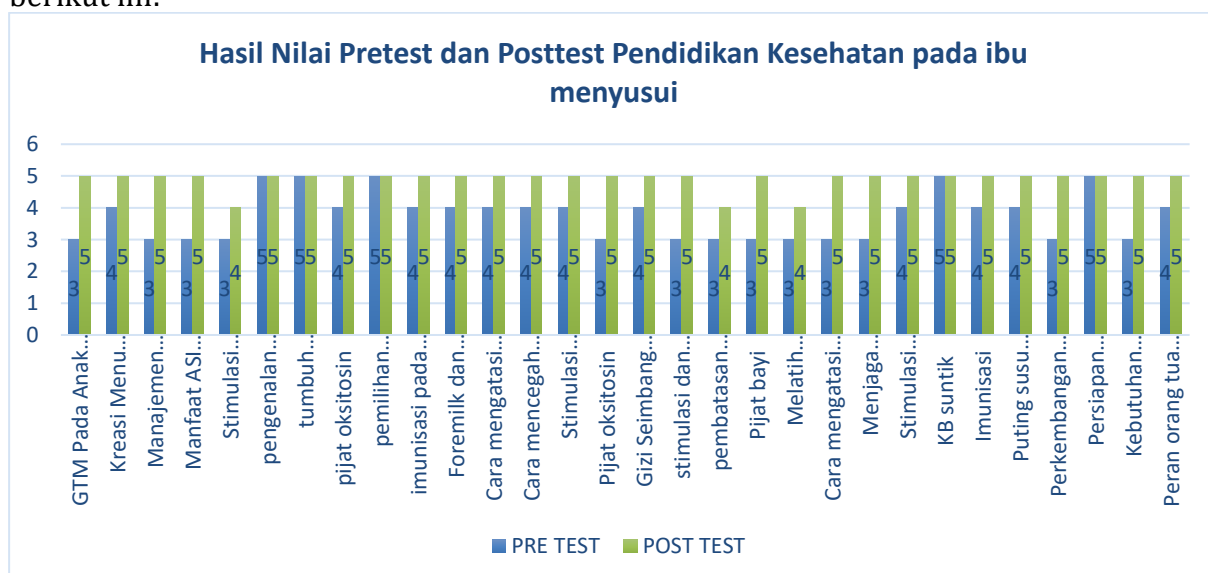
Kelompok	Materi Pendidikan Kesehatan
I	- GTM pada anak usia 18 bulan - Kreasi menu makanan anak usia 18 bulan - Manajemen tidur dan rutinitas harian pada anak usia 18 bulan - Manfaat ASI hingga usia 2 tahun - Stimulasi Bahasa dan komunikasi pada anak usia 18 bulan
II	- Pengenalan MP-ASI pada anak - Tumbuh kembang anak - Pijat oksitosin - Pemilihan metode KB untuk ibu - Imunisasi pada bayi
III	- Foremilk dan hindmilk untuk perkembangan anak - Cara mengatasi gumoh pada anak - Cara mencegah ruam popok - Stimulasi tummy time untuk anak usia 4 bulan - Pijat oksitosin
IV	- Gizi seimbang untuk bayi usia 18 bulan - Stimulasi dan pemantauan tumbuh kembang anak usia 18 bulan - Pembatasan screen time - Pijat bayi - Melatih kemandirian menggosok gigi
V	- Cara mengatasi anak sulit makan - Menjaga Kesehatan gigi pada anak - Stimulasi tumbuh kembang anak - KB suntik - Imunisasi
VI	- Putting susu lecet pada ibu menyusui - Perkembangan sosial dan emosional - Persiapan menyapih secara bertahap dengan lembut - Kebutuhan nutrisi anak usia 16 bulan - Peran orangtua dalam perkembangan Bahasa anak

Pada saat kunjungan selain diberikan Pendidikan Kesehatan juga dilakukan pemeriksaan Kesehatan dasar yaitu meinmbang BB ibu dan bayi, mengukur TB bayi serta tekanan darah ibu.



Gambar 4. Kegiatan pendampingan dan pemberian pendidikan kesehatan

Hasil Pendidikan Kesehatan yang diberikan kepada ibu menyusui tersaji dalam tabel berikut ini:



Gambar 5. Hasil nilai Pretest dan Posttest pada ibu menyusui

Berdasarkan table hasil nilai pretest dan posttest diatas dapat diketahui bahwa hasil Pendidikan Kesehatan yang diberikan kepada ibu menyusui Sebagian besar nilai post test mengalami kenaikan. Nilai rata-rata pada pretest yaitu 3,73 sedangkan rata-rata nilai posttest yaitu 4,9.

Berdasarkan hasil pretest dan posttest, terlihat adanya peningkatan skor pengetahuan peserta pada hamper seluruh indicator setelah dilakukan intervensi Pendidikan Kesehatan. Pada pretest Sebagian besar peserta menunjukkan tingkat pengetahuan yang berada pada kategori sedang hingga rendah, dari skor rata-rata yang masih berada di bawah nilai maksimal pada berbagai materi, seperti pemberian ASI eksklusif, manajemen laktasi, pemantauan tumbuh kembang anak, stimulasi perkembangan serta perawatan bayi.

Setelah dilakukan intervensi melalui Pendidikan Kesehatan, menunjukkan peningkatan skor yang konsisten pada seluruh indicator. Peningkatan pengetahuan ini mengindikasikan bahwa pendidikan kesehatan yang dilaksanakan mampu meningkatkan literasi kesehatan responden secara efektif. Materi yang disampaikan secara sistematis dan berkelanjutan, serta didukung oleh pemanfaatan media digital, memudahkan responden dalam memahami informasi kesehatan dan mengingat kembali materi yang telah diterima. Dengan demikian, pendidikan kesehatan tidak hanya meningkatkan pengetahuan secara kognitif, tetapi juga memperkuat kesiapan responden dalam menerapkan praktik kesehatan yang benar.

Media digital memberikan kemudahan dalam pemberian edukasi kesehatan karena bersifat fleksibel dan mudah diakses oleh masyarakat. Informasi kesehatan yang disampaikan melalui media digital dapat diakses kapan saja dan di mana saja tanpa dibatasi oleh waktu dan tempat, sehingga meningkatkan peluang sasaran untuk memperoleh dan memahami informasi kesehatan secara mandiri (World Health Organization [WHO], 2019). Kemudahan akses ini sangat relevan dalam konteks pendidikan kesehatan masyarakat, khususnya bagi ibu menyusui yang memiliki keterbatasan waktu untuk mengikuti edukasi tatap muka.

Selain kemudahan akses, media digital memungkinkan penyajian materi edukasi dalam berbagai bentuk, seperti teks, gambar, audio, dan video. Penyampaian informasi secara audiovisual terbukti dapat meningkatkan pemahaman dan daya ingat sasaran terhadap materi edukasi kesehatan dibandingkan dengan metode konvensional yang bersifat satu arah (Mayer, 2014). Variasi format ini membantu sasaran memahami informasi kesehatan yang bersifat kompleks, seperti praktik ASI eksklusif dan pemantauan tumbuh kembang anak.

Selain itu, pemanfaatan media digital memungkinkan penyebaran informasi kesehatan kepada sasaran yang lebih luas secara cepat dan efisien. Edukasi kesehatan tidak lagi terbatas pada kelompok kecil atau lokasi tertentu, melainkan dapat menjangkau masyarakat secara lebih merata (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Dengan demikian, media digital menjadi sarana edukasi yang efektif dalam mendukung peningkatan pengetahuan masyarakat, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan derajat kesehatan.

Simpulan

Pendidikan kesehatan yang diberikan melalui media digital memberikan pengaruh yang positif bagi peningkatan pengetahuan responden. Kegiatan pendampingan yang dilakukan secara komprehensif yang memberikan pendidikan kesehatan berdasarkan permasalahan yang dihadapi oleh responden mempunyai dampak nyata yang dirasakan oleh responden. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan dengan

meningkatkan pengetahuan ibu menyusui tentang ASI eksklusif serta tumbuh kembang anak maka semua anak bisa tumbuh secara optimal.

Rekomendasi untuk kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya adalah melakukan pendampingan ASI eksklusif sampai 6 bulan atau sampai 2 tahun untuk mengukur keberhasilan ASI. Selain itu penggunaan media edukasi bisa bervariasi tidak hanya menggunakan video saja, bisa melalui media edukasi yang lain sehingga lebih bervariasi dalam penyampaian Pendidikan kesehatan kepada masyarakat.

Ucapan Terimakasih

Terimakasih kepada ISTeK Insan Cendekia Husada Bojonegoro yang telah memberikan dukungan dan sebagai penyandang dana dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, serta kepada seluruh masyarakat Desa Pagerwesi Kecamatan Trucuk Kabupaten Bojonegoro.

Referensi

- Aisah, S., Ismail, S., & Margawati, A. (2021). *Edukasi kesehatan dengan media video animasi: Scoping review*. Jurnal Perawat Indonesia, 5(1), 641–655. <https://doi.org/10.32584/jpi.v5i1.926>
- Dinas Kesehatan Kota Surakarta. (2021). Laporan Capaian Indikator Kesehatan Ibu dan Anak Tahun 2021. Dinas Kesehatan Kota Surakarta
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Ketahui Manfaat ASI Eksklusif bagi Bayi dan Ibu*. Jakarta, Indonesia: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Strategi promosi kesehatan melalui media digital*. Jakarta, Indonesia: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Magdalena, T. & Bolon, C. (2021). *Pendidikan dan promosi kesehatan*. Medan: UIM Press
- Maryunani, A. (2015). *Asuhan ibu nifas & asuhan ibu menyusui* (Bogor: In Media). Bogor: In Media.
- Mayer, R. E. (2014). *The Cambridge handbook of multimedia learning* (2nd ed.). Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Tarsikah, & Wulandari, L. P. (2022). *Edukasi melalui webinar meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi*. Jurnal IDAMAN (Induk Pemberdayaan Masyarakat Pedesaan), 6(1), 39–49. [https://doi.org/10.31290/j.idaman.v\(6\)i\(1\).39-49](https://doi.org/10.31290/j.idaman.v(6)i(1).39-49)
- World Health Organization. (2019). *WHO guideline: Recommendations on digital interventions for health system strengthening*. Geneva, Switzerland: World Health Organization