

Edukasi Kesehatan tentang Asi Eksklusif dan Manajemen Laktasi pada Ibu Postpartum di Bangsal VK RS PKU 'Aisyiyah Boyolali

Ardana Bagaskara¹⁰, Hukma Ilyya², Ninik Tri Mudiarsih³, Chika Salsa Ardhana⁴, Esti Qulul Fitri Novitasari⁵, Meli Nur Atika Putri⁶, Muninggar Destrya Jayanti Irawan⁷, Niken Purbo Ndari⁸, Nur Alifa Malikhatu Azizah⁹

1,2,3,4,5,6,7,8,9 Program Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta

DOI: <https://doi.org/10.71417/jpc.v2i2.197>.

Abstrak

ASI eksklusif merupakan pemberian Air Susu Ibu kepada bayi sejak lahir hingga usia enam bulan tanpa tambahan makanan atau minuman lain, kecuali obat-obatan, vitamin, dan mineral yang direkomendasikan tenaga kesehatan. Pengetahuan mengenai manfaat ASI, teknik menyusui, dan manajemen laktasi merupakan aspek penting untuk mendukung keberhasilan menyusui. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu postpartum mengenai ASI eksklusif dan manajemen laktasi di Bangsal Instalasi Kamar Bersalin (VK) RS PKU 'Aisyiyah Boyolali. Kegiatan dilaksanakan pada Senin, 1 Juni 2026 pukul 11.00–12.00 WIB dengan melibatkan lima peserta, terdiri atas tiga ibu postpartum dan dua anggota keluarga. Metode kegiatan meliputi persiapan, pretest, penyampaian materi melalui ceramah dengan media edukasi, diskusi dan tanya jawab, serta posttest. Materi mencakup pengertian dan manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, perawatan payudara, dan upaya meningkatkan produksi ASI. Peserta mengikuti kegiatan dengan antusias, aktif bertanya, dan berbagi pengalaman mengenai kendala menyusui. Edukasi menekankan pentingnya ASI eksklusif selama enam bulan pertama, posisi dan perlekatan bayi yang tepat, serta dukungan keluarga dalam proses menyusui. Pendampingan langsung oleh tenaga kesehatan tetap diperlukan untuk membantu ibu menerapkan keterampilan menyusui secara benar.

Kata Kunci: ASI eksklusif; manajemen laktasi; edukasi kesehatan; ibu postpartum

Abstract

Exclusive breastfeeding refers to the practice of feeding an infant only breast milk from birth up to six months of age, without the addition of any other food or drink – with the exception of medications, vitamins, or minerals recommended by healthcare professionals. Knowledge regarding the benefits of breast milk, breastfeeding techniques, and lactation management is crucial for successful breastfeeding. This community service initiative aimed to enhance the knowledge and awareness of postpartum mothers regarding exclusive breastfeeding and lactation management at the Delivery Ward (VK) of PKU 'Aisyiyah Hospital, Boyolali. The activity took place on Monday, June 1, 2026, from 11:00 to 12:00 WIB, with five participants: three postpartum mothers and two family members. The methodology included preparation,

a pre-test, the presentation of information via a lecture supported by educational materials, a discussion and Q&A session, and a post-test. The content covered the definition and benefits of exclusive breastfeeding, proper breastfeeding techniques, breast care, and methods to increase breast milk production. Participants engaged enthusiastically, asking questions and sharing their experiences regarding breastfeeding challenges. The education emphasized the importance of exclusive breastfeeding for the first six months, the significance of proper infant positioning and latching, and the role of family support in the breastfeeding process. Ongoing, direct guidance from healthcare professionals remains essential to assist mothers in correctly applying these breastfeeding skills.

Keywords: exclusive breastfeeding; lactation management; health education; postpartum mothers

Copyright (c) 2026

✉ Corresponding author :

Email Address : ardanabagaskara.students@aiska-university.ac.id

Received 20 Oktober 2020, Accepted 29 Oktober 2026, Published 30 Oktober 2026

Pendahuluan

Asi eksklusif adalah pemberian ASI kepada bayi sejak lahir sampai usia enam bulan tanpa tambahan makanan atau minuman lain, kecuali obat-obatan, vitamin, dan mineral yang direkomendasikan tenaga kesehatan. ASI menyediakan zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan bayi serta komponen imunologis yang membantu melindungi bayi dari penyakit infeksi. Pemberian ASI eksklusif juga mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi (World Health Organization [WHO], 2023).

Pemberian ASI eksklusif memberikan manfaat bagi bayi dan ibu. Pada bayi, ASI membantu meningkatkan daya tahan tubuh dan mendukung perkembangan neurologis serta kognitif. Pada ibu, menyusui dapat mendukung involusi uterus, membantu mengurangi risiko perdarahan postpartum, serta memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi (Khotimah et al., 2024; WHO, 2023). Meskipun demikian, keberhasilan pemberian ASI eksklusif masih menghadapi hambatan, antara lain keterbatasan pengetahuan, persepsi bahwa ASI yang keluar belum mencukupi kebutuhan bayi, kurangnya dukungan keluarga, dan masalah teknik menyusui (Admaja, 2024; Rahmayanti et al., 2025).

Masa postpartum merupakan periode penting untuk mendukung keberhasilan menyusui. Pada periode ini, sebagian ibu dapat mengalami kendala seperti ASI belum keluar, payudara bengkak, puting lecet, dan kesulitan perlekatan bayi. Manajemen laktasi mencakup upaya mendukung proses menyusui, antara lain inisiasi menyusu dini, teknik menyusui yang benar, perawatan payudara, pemenuhan nutrisi ibu, serta dukungan keluarga dan tenaga kesehatan (Fujianti et al., 2024; Syahida & Afdila, 2026).

Berdasarkan observasi selama praktik klinik di Bangsal VK RS PKU 'Aisyiyah Boyolali, masih ditemukan ibu dengan pengetahuan terbatas mengenai ASI eksklusif, manfaat ASI, dan teknik menyusui yang benar. Sebagian ibu juga mengkhawatirkan jumlah ASI yang dianggap masih sedikit pada hari-hari pertama setelah persalinan. Permasalahan tersebut menunjukkan perlunya edukasi untuk membantu ibu memahami ASI eksklusif dan menerapkan manajemen laktasi.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu postpartum mengenai pentingnya ASI eksklusif serta manajemen laktasi, termasuk teknik menyusui, posisi dan perlekatan bayi, perawatan payudara, dan upaya meningkatkan serta mempertahankan produksi ASI.

Metodologi

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada Senin, 1 Juni 2026, pukul 11.00–12.00 WIB di Bangsal Instalasi Kamar Bersalin (VK) RS PKU 'Aisyiyah Boyolali. Peserta

DOI: <https://doi.org/10.71417/jpc.v2i2.197>.

kegiatan berjumlah lima orang, terdiri atas tiga ibu postpartum dan dua anggota keluarga yang mendampingi. Metode pendidikan kesehatan yang digunakan meliputi ceramah, diskusi, dan tanya jawab dengan bantuan media edukasi berupa leaflet atau poster.

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas lima tahap sebagai berikut.

1. Persiapan

Tim melakukan koordinasi dengan kepala ruangan, menentukan peserta kegiatan, menyiapkan tempat dan media edukasi, serta mempersiapkan instrumen evaluasi sebelum dan sesudah penyuluhan.

2. Pretest

Sebelum penyampaian materi, peserta diberikan pretest berupa lima pertanyaan mengenai ASI eksklusif dan manajemen laktasi. Pretest bertujuan mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta mengenai pengertian dan manfaat ASI eksklusif, durasi pemberian ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, perawatan payudara, serta upaya mempertahankan produksi ASI.

3. Penyampaian materi edukasi

Materi disampaikan melalui ceramah dengan dukungan media edukasi berupa leaflet atau poster. Materi meliputi pengertian dan manfaat ASI eksklusif bagi ibu dan bayi, pentingnya pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama, teknik menyusui yang benar, posisi dan perlekatan bayi, perawatan payudara, serta upaya mempertahankan produksi ASI.

4. Diskusi dan tanya jawab

Peserta diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan, menyampaikan pengalaman, dan mendiskusikan kendala yang berkaitan dengan proses menyusui. Diskusi juga melibatkan anggota keluarga untuk meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya dukungan keluarga dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

5. Posttest dan penutupan

Setelah penyampaian materi dan diskusi, peserta diberikan posttest dengan lima pertanyaan yang sama seperti pada pretest. Posttest bertujuan mengevaluasi pemahaman peserta setelah mengikuti edukasi. Kegiatan diakhiri dengan penyampaian kesimpulan materi dan dokumentasi.

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan membandingkan hasil pretest dan posttest serta mengamati partisipasi peserta selama penyuluhan. Hasil evaluasi digunakan untuk menggambarkan perubahan pengetahuan peserta mengenai ASI eksklusif dan manajemen laktasi setelah diberikan edukasi.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan Kegiatan Edukasi

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi ASI eksklusif dan manajemen laktasi dilaksanakan pada Senin, 1 Juni 2026, pukul 11.00–12.00 WIB di Bangsal Instalasi Kamar Bersalin (VK) RS PKU 'Aisyiyah Boyolali. Kegiatan diikuti oleh lima peserta yang terdiri atas tiga ibu postpartum dan dua anggota keluarga yang mendampingi. Edukasi dilaksanakan melalui metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab dengan bantuan media edukasi berupa leaflet atau poster.

Kegiatan diawali dengan pembukaan dan penyampaian tujuan edukasi kepada peserta. Selanjutnya, peserta mengikuti pretest untuk mengetahui pemahaman awal mengenai ASI eksklusif dan manajemen laktasi. Setelah itu, tim menyampaikan materi yang meliputi pengertian dan manfaat ASI eksklusif bagi ibu dan bayi, pentingnya pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama, teknik menyusui yang benar, posisi dan perlekatan bayi, perawatan payudara, serta upaya mempertahankan produksi ASI.

Setelah penyampaian materi, peserta diberikan kesempatan untuk berdiskusi dan mengajukan pertanyaan terkait proses menyusui. Pada tahap akhir, peserta mengikuti

posttest menggunakan pertanyaan yang sama dengan pretest untuk mengevaluasi pemahaman setelah edukasi. Kegiatan kemudian ditutup dengan penyampaian kesimpulan dan dokumentasi.

Pelaksanaan kegiatan secara bertahap memberikan kesempatan kepada peserta untuk memperoleh informasi, mendiskusikan permasalahan menyusui, dan mengevaluasi pemahaman terhadap materi yang diberikan. Penyampaian materi yang disertai diskusi juga memungkinkan informasi kesehatan disesuaikan dengan kebutuhan peserta selama masa postpartum.

Partisipasi Peserta dalam Kegiatan

Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan respons dan antusiasme yang baik. Peserta mengikuti rangkaian kegiatan serta memperoleh kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dan menyampaikan pengalaman berkaitan dengan proses menyusui. Permasalahan yang menjadi perhatian meliputi kekhawatiran ketika ASI belum keluar, puting terasa lecet, dan kesulitan bayi melekat dengan benar pada payudara.

Partisipasi tersebut memperlihatkan pentingnya edukasi yang tidak hanya menyampaikan informasi secara teoritis, tetapi juga memberikan ruang bagi ibu untuk membicarakan kendala yang dialami. Pada masa postpartum, ibu dapat menghadapi berbagai perubahan fisik dan emosional yang memengaruhi kenyamanan selama menyusui. Pemahaman yang tepat mengenai proses laktasi diharapkan membantu ibu mengenali kondisi yang umum terjadi serta mengetahui kapan perlu meminta bantuan tenaga kesehatan.

Keterlibatan dua anggota keluarga dalam kegiatan ini juga menjadi bagian penting dari pendekatan edukasi. Keluarga dapat berperan dalam memberikan dukungan emosional, membantu memenuhi kebutuhan ibu selama masa pemulihan, dan mendorong ibu memperoleh pendampingan apabila mengalami kesulitan menyusui. Dengan demikian, edukasi tidak hanya ditujukan kepada ibu postpartum, tetapi juga kepada lingkungan terdekat yang berperan dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Evaluasi Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi

Evaluasi pengetahuan dilakukan melalui pretest dan posttest yang masing-masing terdiri atas lima pertanyaan. Pertanyaan mencakup pengertian ASI eksklusif, durasi pemberian ASI eksklusif, posisi dan perlekatan menyusui yang benar, perawatan payudara, serta upaya mempertahankan produksi ASI. Pretest diberikan sebelum penyampaian materi, sedangkan posttest diberikan setelah edukasi dan diskusi selesai dilaksanakan.

Penggunaan instrumen yang sama pada kedua tahap tersebut bertujuan membandingkan pemahaman peserta sebelum dan sesudah memperoleh edukasi. Aspek yang dievaluasi berkaitan langsung dengan materi penyuluhan sehingga dapat digunakan untuk menilai pemahaman peserta terhadap informasi yang disampaikan.

Evaluasi ini menjadi bagian penting dalam kegiatan pendidikan kesehatan karena keberhasilan penyuluhan tidak hanya dilihat dari terlaksananya penyampaian materi, tetapi juga dari pemahaman peserta terhadap informasi yang diterima. Pengetahuan mengenai ASI eksklusif dan manajemen laktasi diharapkan menjadi dasar bagi ibu untuk menerapkan praktik menyusui yang tepat, sedangkan anggota keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan yang sesuai.

Edukasi ASI eksklusif dan manajemen laktasi merupakan upaya promotif untuk mendukung kesehatan ibu dan bayi. ASI eksklusif dianjurkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi karena menyediakan zat gizi yang dibutuhkan serta komponen yang mendukung perlindungan terhadap penyakit. World Health Organization (2023) menekankan pentingnya pemberian ASI eksklusif untuk mendukung pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan bayi.

Materi edukasi dalam kegiatan ini mencakup pengertian dan manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui, perawatan payudara, serta upaya mempertahankan produksi ASI. Materi tersebut relevan dengan kebutuhan ibu postpartum karena periode setelah persalinan

DOI: <https://doi.org/10.71417/jpc.v2i2.197>.

merupakan tahap penting dalam pembentukan praktik menyusui. Ibu memerlukan informasi yang benar agar mampu memahami kebutuhan bayi dan menghadapi kendala yang mungkin muncul selama proses menyusui.

Metode ceramah digunakan untuk menyampaikan informasi secara sistematis, sedangkan media leaflet atau poster membantu memperjelas materi. Diskusi dan tanya jawab memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengklarifikasi informasi serta menghubungkannya dengan pengalaman yang dialami. Kombinasi metode tersebut mendukung proses pendidikan kesehatan yang komunikatif dan memberikan ruang bagi peserta untuk terlibat secara aktif.

Hamdiyah dan Ediyono (2025) membahas pemberian edukasi laktasi pada periode postpartum dalam kaitannya dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Dalam kegiatan ini, edukasi diharapkan dapat menjadi dasar bagi ibu untuk memahami prinsip menyusui dan pengelolaan laktasi. Akan tetapi, pengetahuan perlu disertai keterampilan praktik agar ibu dapat menerapkan informasi secara tepat dalam kegiatan menyusui sehari-hari.

Salah satu materi yang perlu mendapat perhatian adalah posisi dan perlekatan bayi. Posisi menyusui yang tepat membantu ibu mempertahankan kenyamanan, sedangkan perlekatan yang baik mendukung proses bayi memperoleh ASI. Kesulitan dalam perlekatan dapat berkaitan dengan ketidaknyamanan pada puting dan proses menyusui yang kurang efektif. Oleh karena itu, penyampaian materi mengenai teknik menyusui sebaiknya dilengkapi dengan demonstrasi dan pendampingan langsung oleh tenaga kesehatan apabila ibu mengalami kesulitan.

Selain keterampilan menyusui, pemahaman mengenai perawatan payudara dan produksi ASI juga penting untuk membantu ibu menghadapi perubahan selama masa postpartum. Ibu perlu memperoleh informasi yang benar mengenai frekuensi menyusui, pentingnya perlekatan efektif, serta kondisi yang memerlukan konsultasi. Edukasi yang tepat dapat membantu mengurangi kekhawatiran dan mendorong ibu mencari bantuan ketika menghadapi masalah yang tidak dapat ditangani secara mandiri.

Dukungan keluarga juga merupakan aspek yang perlu diperhatikan dalam keberhasilan ASI eksklusif. Keluarga dapat membantu menciptakan suasana yang nyaman, memberikan dukungan emosional, serta membantu kebutuhan sehari-hari ibu selama masa pemulihan. Fujianty et al. (2024) membahas hubungan efikasi diri menyusui, manajemen laktasi, dan dukungan keluarga dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Oleh karena itu, keterlibatan anggota keluarga dalam kegiatan edukasi menjadi langkah yang relevan untuk memperkuat dukungan terhadap ibu menyusui.

Evaluasi melalui pretest dan posttest melengkapi rangkaian kegiatan dengan memberikan kesempatan untuk menilai pemahaman peserta sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil evaluasi dapat digunakan sebagai dasar untuk menentukan kebutuhan edukasi lanjutan. Apabila masih terdapat materi yang belum dipahami atau kendala dalam praktik menyusui, tenaga kesehatan dapat memberikan penjelasan tambahan dan pendampingan sesuai kebutuhan ibu.

Secara keseluruhan, kegiatan edukasi ASI eksklusif dan manajemen laktasi merupakan upaya untuk memperkuat pengetahuan ibu postpartum dan keluarga mengenai praktik menyusui yang tepat. Agar manfaatnya berkelanjutan, kegiatan serupa perlu didukung oleh konseling individual, demonstrasi teknik menyusui, pemantauan kondisi ibu dan bayi, serta pendampingan tenaga kesehatan. Pendekatan tersebut diharapkan dapat membantu ibu menerapkan pengetahuan yang diperoleh dan memperoleh dukungan yang memadai selama masa menyusui.

Simpulan

Kegiatan edukasi mengenai ASI eksklusif dan manajemen laktasi di Bangsal VK RS PKU 'Aisyiyah Boyolali pada 1 Juni 2026 diikuti oleh lima peserta, terdiri atas tiga ibu postpartum dan dua anggota keluarga. Kegiatan dilaksanakan melalui ceramah, diskusi,

media edukasi, serta evaluasi menggunakan pretest dan posttest. Peserta berpartisipasi aktif dalam diskusi mengenai manfaat ASI, teknik menyusui, perawatan payudara, dan kendala laktasi. Edukasi ini menjadi upaya untuk memperkuat pemahaman ibu dan keluarga, serta perlu ditindaklanjuti dengan pendampingan langsung oleh tenaga kesehatan agar praktik menyusui dapat dilakukan dengan benar.

Daftar Pustaka

- Admaja, N. F. (2024). Hubungan pengetahuan ibu tentang manajemen laktasi dengan pemberian ASI eksklusif pada bayi di wilayah kerja Puskesmas Sungai Tabuk 2. *Indonesian Journal of Multidisciplinary Scientific Studies*, 2(6), 42–50.
- Fujianty, M., Dewi, M. K., & Sulaeman, E. (2024). Hubungan breastfeeding self efficacy, manajemen laktasi dan dukungan keluarga terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif di TPMB Winda Winarti Kabupaten Garut Tahun 2024. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 4(5), 4120–4130.
- Hamdiyah, & Ediyono, S. (2025). Providing lactation education in the post-partum period on the success of exclusive breastfeeding: Systematic literature review. *Jurnal Midwifery*, 8(1). <https://doi.org/10.24252/jmw.v8i1.63156>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman pelayanan kesehatan ibu dan bayi baru lahir*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khotimah, K., Satillah, S. A., Fitriani, V., Miranti, M., Maulida, M., Hasmalena, H., Pagarwati, L. D. A., & Zulaiha, D. (2024). Analisis manfaat pemberian ASI eksklusif bagi ibu menyusui dan perkembangan anak. *PAUDIA*, 254–266.
- Rahmadayanti, T. N., Kania, N., Febriana, S. K. T., Triawanti, & Fujiati. (2025). Literature review: Factors associated with exclusive breastfeeding. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 8(2).
- Rahmi, A. A., & Harahap, R. A. (2024). Analisis implementasi program pemberian ASI eksklusif di Dinas Kesehatan Kabupaten Labuhanbatu. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 16(1), 83–95.
- Sukmawati, E., & Maharani, K. (2025). The effectiveness of breastfeeding support in improving exclusive breastfeeding practices among postpartum mothers. *Jurnal Ventilator*, 4(1), 1–12. <https://doi.org/10.59680/ventilator.v4i1.2433>
- Syahida, A., & Afdila, R. (2026). Asuhan kebidanan pasca persalinan dan menyusui. PT Penerbit Qriset Indonesia.
- Syahri, I. M., Laksono, A. D., Fitria, M., Rohmah, N., Masruroh, & Ipa, M. (2024). Exclusive breastfeeding among Indonesian working mothers: Does early initiation of breastfeeding matter? *BMC Public Health*, 24, 1225. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18619-2>
- Wahdaliya, N. A., Baroya, N., & Kusumawardani, D. A. (2023). Literature review: Factors affecting the implementation of early initiation of breastfeeding (EIBF) in maternity and breastfeeding mothers. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 11(1), 39–54. [https://doi.org/10.21927/jnki.2023.11\(1\).39-54](https://doi.org/10.21927/jnki.2023.11(1).39-54)
- World Health Organization. (2023). *Exclusive breastfeeding for optimal growth, development and health of infants*. <https://www.who.int/tools/elena/interventions/exclusive-breastfeeding>
- World Health Organization. (2023). *Infant and young child feeding*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>