

Inovasi Kelas MOM ASI (Menyusui Optimal Menuju ASI Sehat Indonesia) di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Turak

Hidayati¹, Siti Noor Hasanah², Putri Yuliantie³, Siti Khadijah⁴

^{1,2} Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Sari Mulia, Indonesia

³ Program Studi Sarjana Kebidanan, Universitas Sari Mulia, Indonesia

⁴ Pusat Kesehatan Masyarakat Sungai Turak, Indonesia

Received : 9 Juni 2026, Revised : 26 Juni 2026, Published : 2 Juli 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Hidayati

E-mail: hidayati.pratama13@gmail.com

Abstrak

Sebagian ibu masih belum memahami manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, serta pentingnya memberikan ASI tanpa tambahan makanan atau minuman lain selama enam bulan pertama kehidupan. Tujuan pengabdian ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif serta cara menyusui yang benar. Metode yang digunakan berupa program Kelas MOM ASI yang dilakukan melalui kegiatan edukasi dan pendampingan kepada sasaran yaitu ibu hamil dan ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Sungai Turak. Kegiatan ini dilaksanakan dalam empat kali pertemuan dengan metode penyuluhan, diskusi interaktif, demonstrasi teknik menyusui, serta pemutaran video edukasi agar pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif dapat meningkat dengan 15 orang peserta. Kesimpulannya adalah pada program pengabdian ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan yang dilakukan secara terstruktur dan partisipatif dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya.

Kata kunci – teknik menyusui, edukasi, pengetahuan

Abstract

Some mothers still do not fully understand the benefits of exclusive breastfeeding, proper breastfeeding techniques, and the importance of providing breast milk without any additional food or drink during the first six months of life. The objective of this community service project is to increase mothers' knowledge about the importance of exclusive breastfeeding and proper breastfeeding techniques. The method used was the MOM ASI Class program, which was carried out through educational activities and mentoring for the target group, namely pregnant women and breastfeeding mothers in the working area of the Sungai Turak Community Health Center. This activity was carried out in four meetings using counseling, interactive discussions, demonstrations of breastfeeding techniques, and the screening of educational videos to increase mothers' knowledge about exclusive breastfeeding. In conclusion, this community service program demonstrates that health education activities conducted in a structured and participatory manner can help boost mothers' confidence in providing exclusive breastfeeding to their infants.

Keywords – breastfeeding techniques, education, knowledge

How To Cite : Hidayati, H., Hasanah, S. N., Yuliantie, P., & Khadijah, S. (2026). Inovasi Kelas MOM ASI (Menyusui Optimal Menuju ASI Sehat Indonesia) di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Turak. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(4), 5469 - 5474. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i4.1443>

Copyright ©2026 Hidayati Hidayati, Siti Noor Hasanah, Putri Yuliantie, Siti Khadijah

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi karena mengandung zat gizi lengkap yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan UNICEF merekomendasikan agar bayi mendapatkan ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan tanpa tambahan makanan atau minuman lain, kecuali obat atau vitamin yang diresepkan tenaga kesehatan. Pemberian ASI eksklusif terbukti dapat meningkatkan daya tahan tubuh bayi, menurunkan risiko infeksi, serta mendukung perkembangan fisik dan kognitif anak. Selain itu, pemberian ASI juga memberikan manfaat bagi ibu, seperti membantu proses pemulihan setelah persalinan serta menurunkan risiko beberapa penyakit. Oleh karena itu, pemberian ASI eksklusif menjadi salah satu indikator penting dalam upaya peningkatan derajat kesehatan ibu dan anak (WHO & UNICEF, 2024).

Secara nasional, cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia menunjukkan tren peningkatan dalam beberapa tahun terakhir, namun masih menghadapi berbagai tantangan. Data Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa pada tahun 2023 sekitar 73,97% bayi usia di bawah enam bulan di Indonesia telah mendapatkan ASI eksklusif. Meskipun angka tersebut telah mendekati target nasional, masih terdapat sebagian bayi yang belum memperoleh ASI eksklusif sesuai rekomendasi. Rendahnya praktik ASI eksklusif dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kurangnya pengetahuan ibu tentang manfaat ASI eksklusif, kesalahan persepsi mengenai kecukupan ASI, serta pengaruh lingkungan sosial yang mendorong pemberian makanan tambahan sebelum usia enam bulan (Badan Pusat Statistik, 2024).

Pada tingkat Provinsi Kalimantan Selatan, cakupan pemberian ASI eksklusif juga menjadi salah satu indikator penting dalam program kesehatan ibu dan anak. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik, persentase bayi usia 0–5 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di Kalimantan Selatan sekitar 66,69%, angka ini menunjukkan bahwa cakupan tersebut masih berada di bawah beberapa wilayah lain di Indonesia. Kondisi ini menunjukkan bahwa masih terdapat tantangan dalam upaya meningkatkan praktik pemberian ASI eksklusif, terutama yang berkaitan dengan faktor pengetahuan ibu, dukungan keluarga, serta kurang optimalnya kegiatan edukasi kesehatan mengenai ASI eksklusif di masyarakat (Badan Pusat Statistik, 2024).

Pada tingkat kabupaten, upaya peningkatan cakupan ASI eksklusif juga menjadi salah satu fokus dalam program kesehatan ibu dan anak di Kabupaten Hulu Sungai Utara. Pemerintah daerah melalui fasilitas pelayanan kesehatan seperti puskesmas, posyandu, serta tenaga kesehatan di desa terus melakukan berbagai kegiatan promotif dan preventif untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif. Namun demikian, dalam pelaksanaannya masih ditemukan berbagai kendala, seperti terbatasnya akses informasi kesehatan bagi ibu, kurangnya pemahaman mengenai teknik menyusui yang benar, serta adanya kebiasaan masyarakat yang masih memberikan makanan tambahan kepada bayi sebelum usia enam bulan (Dinas Kesehatan Kabupaten Hulu Sungai Utara, 2024).

Berdasarkan data di wilayah kerja Puskesmas Sungai Turak tahun 2025, cakupan pemberian ASI eksklusif baru mencapai 56%, angka tersebut masih berada di bawah target yang ditetapkan yaitu sebesar 75%. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat bayi yang belum mendapatkan ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan. Salah satu faktor utama yang mempengaruhi rendahnya cakupan tersebut adalah kurangnya pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif, baik terkait manfaat ASI bagi bayi, teknik menyusui yang benar, maupun pentingnya pemberian ASI tanpa tambahan makanan atau minuman lain selama enam bulan pertama kehidupan. Kondisi ini menunjukkan bahwa masih diperlukan upaya peningkatan edukasi kesehatan kepada ibu hamil maupun ibu menyusui mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif (Data Puskesmas Sungai Turak, 2025).

Kurangnya pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif dapat berdampak pada munculnya berbagai praktik pemberian makanan tambahan secara dini, seperti pemberian susu formula, madu, atau makanan pendamping sebelum bayi berusia enam bulan. Praktik tersebut dapat meningkatkan risiko gangguan pencernaan, infeksi, serta dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan bayi. Selain itu, kurangnya pemahaman ibu mengenai teknik menyusui yang benar juga dapat menyebabkan masalah dalam proses menyusui, seperti puting lecet, produksi ASI yang dirasakan kurang, serta menurunnya kepercayaan diri ibu dalam memberikan ASI. Oleh karena itu, diperlukan suatu pendekatan edukasi yang tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga meningkatkan keterampilan dan kepercayaan diri ibu dalam menyusui (Parwati, 2024).

Melihat kondisi tersebut, diperlukan suatu upaya inovatif dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan ibu mengenai pemberian ASI eksklusif. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui Inovasi Kelas MOM ASI (Menyusui Optimal Menuju ASI Sehat Indonesia) di wilayah kerja Puskesmas Sungai Turak. Program ini diharapkan dapat menjadi sarana edukasi, pendampingan, serta pemberdayaan bagi ibu hamil dan ibu menyusui sehingga mampu meningkatkan pemahaman mengenai manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, serta pentingnya pemberian ASI secara optimal selama enam bulan pertama kehidupan. Dengan adanya program ini diharapkan cakupan ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Sungai Turak dapat meningkat dan mendukung tercapainya derajat kesehatan ibu dan bayi yang lebih optimal (Parwati, 2024).

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pada pengabdian ini akan dilakukan dengan bentuk kegiatan edukasi yang dilaksanakan melalui beberapa pertemuan dengan materi yang berbeda pada setiap pertemuan. Materi yang disampaikan dalam kegiatan ini meliputi manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, cara mengatasi masalah yang sering terjadi selama menyusui, serta tanda bahaya dalam masa menyusui. Selain itu, kegiatan ini juga dilengkapi dengan diskusi interaktif dan demonstrasi teknik menyusui agar peserta dapat memahami materi dengan lebih baik.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dari bulan Januari-Februari 2026 di Desa Tabalong Mati, wilayah kerja Puskesmas Sungai Turak, Kecamatan Amuntai Utara, Kabupaten Hulu Sungai Utara. Kegiatan ini dilaksanakan dalam empat kali pertemuan dengan metode penyuluhan, diskusi interaktif, demonstrasi teknik menyusui, serta pemutaran video edukasi. Setiap pertemuan dipandu oleh tenaga kesehatan seperti bidan dan petugas kesehatan yang memiliki kompetensi di bidang kesehatan ibu dan anak. Dalam kegiatan ini, peserta juga diberikan kesempatan untuk bertanya dan berbagi pengalaman mengenai berbagai tantangan yang mereka hadapi selama masa menyusui. Dan evaluasi kegiatan juga dilakukan untuk mengetahui sejauh mana kegiatan yang dilaksanakan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai ASI eksklusif. Waktu pelaksanaan kegiatan ini di mulai dari jam 09.00 WITA – selesai.

Melalui pelaksanaan kegiatan ini diharapkan ibu hamil dan ibu menyusui dapat memperoleh peningkatan pengetahuan, sikap, dan keterampilan mengenai pemberian ASI eksklusif. Selain itu, kegiatan ini juga diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya ASI eksklusif bagi kesehatan bayi serta mendukung upaya peningkatan cakupan ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Sungai Turak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program inovasi Kelas MOM ASI (Menyusui Optimal Menuju ASI Sehat Indonesia) dilaksanakan sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Sungai Turak, khususnya di Desa Tabalong Mati. Program ini dilaksanakan melalui kegiatan edukasi yang terdiri dari beberapa pertemuan dengan materi yang berkaitan dengan manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, cara mengatasi masalah yang sering terjadi selama masa menyusui, serta tanda bahaya dalam masa menyusui.

Pelaksanaan kegiatan Kelas MOM ASI dilakukan dalam empat kali pertemuan yang melibatkan ibu hamil dan ibu menyusui sebagai peserta kegiatan. Setiap pertemuan dilaksanakan dengan metode penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, demonstrasi teknik menyusui, serta pemutaran media edukasi berupa video pembelajaran. Metode ini dipilih agar peserta dapat memahami materi dengan lebih baik serta dapat langsung mempraktikkan teknik menyusui yang benar.

Berdasarkan hasil pelaksanaan program inovasi Kelas MOM ASI, kegiatan berjalan dengan baik dan mendapat respon yang positif dari peserta. Peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi selama mengikuti kegiatan, terutama pada sesi diskusi interaktif yang memberikan kesempatan bagi ibu untuk menyampaikan pengalaman serta permasalahan yang mereka hadapi selama masa menyusui.

Kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan yang dilakukan secara terstruktur dan interaktif dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif. Hal ini terlihat dari meningkatnya pemahaman peserta mengenai manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, serta cara mengatasi berbagai permasalahan yang sering terjadi selama masa menyusui.

Peningkatan pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif merupakan salah satu faktor penting dalam mendukung keberhasilan praktik pemberian ASI eksklusif. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai manfaat ASI eksklusif cenderung lebih termotivasi untuk memberikan ASI kepada bayinya secara optimal. Selain itu, pemahaman mengenai teknik menyusui yang benar juga dapat membantu ibu menghindari berbagai masalah yang sering terjadi selama masa menyusui.

Kegiatan edukasi melalui kelas ibu menyusui seperti Kelas MOM ASI pada 15 orang peserta ini juga memberikan kesempatan bagi ibu untuk berbagi pengalaman serta mendapatkan dukungan dari tenaga kesehatan maupun sesama ibu menyusui. Dukungan tersebut dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam memberikan ASI kepada bayinya sehingga praktik pemberian ASI eksklusif dapat lebih optimal.



Gambar 1. Kelas MOM ASI

Selain meningkatkan pengetahuan ibu, program pengabdian ini juga diharapkan dapat memberikan dampak jangka panjang terhadap peningkatan cakupan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Sungai Turak. Dengan meningkatnya pengetahuan dan kesadaran ibu mengenai pentingnya ASI eksklusif, diharapkan lebih banyak bayi yang dapat memperoleh ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan sehingga dapat mendukung peningkatan kesehatan dan kualitas hidup anak di masa depan.

Secara keseluruhan, program inovasi Kelas MOM ASI merupakan salah satu bentuk intervensi edukasi kesehatan yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai pemberian ASI eksklusif. Program ini diharapkan dapat terus dikembangkan dan dilaksanakan secara berkelanjutan sebagai bagian dari upaya peningkatan kesehatan ibu dan anak di masyarakat



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan

Berdasarkan evaluasi pelaksanaan program ini juga menunjukkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan yang dilakukan secara terstruktur dan partisipatif dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Selain itu, kegiatan ini juga memberikan dukungan bagi ibu untuk tetap mempertahankan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Dan juga tidak ada kendala dalam pengabdian ini.

KESIMPULAN DAN SARAN

Program inovasi Kelas MOM ASI (Menyusui Optimal Menuju ASI Sehat Indonesia) yang dilaksanakan di Desa Tabalong Mati, wilayah kerja Puskesmas Sungai Turak, Kecamatan Amuntai Utara, Kabupaten Hulu Sungai Utara merupakan salah satu upaya edukasi kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif.

Dari hasil pelaksanaan kegiatan yang telah dilakukan melalui empat kali pertemuan, program ini dapat berjalan dengan baik dan mendapatkan respon yang positif dari peserta. Kegiatan yang dilakukan melalui metode penyuluhan, diskusi interaktif, serta demonstrasi teknik menyusui mampu meningkatkan pemahaman ibu mengenai manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, serta cara mengatasi berbagai permasalahan yang sering terjadi selama masa menyusui.

Dengan adanya program inovasi Kelas MOM ASI, dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya ASI eksklusif serta mendukung upaya peningkatan cakupan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Sungai Turak. Program ini juga disarankan dapat terus dikembangkan dan dilaksanakan secara berkelanjutan sebagai bagian dari upaya peningkatan derajat kesehatan ibu dan bayi di masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Sari Mulia dan mitra yang telah memberikan kesempatan, dimana telah memberikan arahan, bimbingan, serta bantuan dalam melancarkan kegiatan pengabdian ini hingga akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Aida Fitriani, S. S. T., Keb, M., Ngestiningrum, A. H., ST, S., Keb, M., Siti, R. A., ... & Keb, M. (2022). *Buku Ajar Asuhan Kehamilan DIII Kebidanan Jilid II*. Mahakarya Citra Utama Group.
- Alim, R. (2020). *Kesehatan ibu dan anak: Panduan untuk perawatan yang efektif*. Jakarta: Penerbit Kesehatan Sehat.
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif menurut provinsi*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id>
- Bagenda, E. F., & Yulianti, N. (2022). Pengembangan Kartu Kendali Edukasi Dalam Peningkatan Pengetahuan Dan Praktik Pemberian Asi Pada Ibu Nifas. *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia*, 5(2), 31-38.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Hulu Sungai Utara. (2024). *Profil kesehatan Kabupaten Hulu Sungai Utara tahun 2024*. Dinas Kesehatan Kabupaten Hulu Sungai Utara.
- Ervina, L., Linda, L., Marsofely, R. L., & Febryanti, A. (2026). Effect of ASI Smart Game on Knowledge and Breastfeeding Self-Efficacy in Primiparous Mothers. *Media Ilmiah Kesehatan Indonesia*, 4(2), 139-145.
- Faiqah, S., Gumilang, I., & Cory'ah, F. A. N. (2022). Kartu Pantau ASI Eksklusif sebagai Sarana Peningkatan Pemberdayaan Masyarakat untuk Pencegahan Stunting di Era Covid-19. *Jurnal Abdimas Mahakam*, 6(01), 19-27.
- Fatmasari, B. D., Alimuddin, A. U., Utami, R., & Chiani, S. H. (2020). Pengaruh edukasi berbasis buku saku dan lembar balik terhadap keberhasilan inisiasi menyusui dini di Kota Makassar. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*.
- Hamidah, S., & Inayah, Z. (2021). Edukasi tentang ASI, manajemen laktasi, makanan pendamping ASI dan stimulasi bayi di Karangpoh, Kabupaten Gresik. *Community Empower*, 6(7), 1318-1328.
- Hikmah, N. (2023). Pembuatan Media Edukasi Keluarga Sehat Terhadap Kader PKK Revitalisasi Bahasa Ibu Sebagai Upaya Pembentukan Karakter Bangsa. *SABAJAYA Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 33-41.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2023*. Kementerian Kesehatan RI. <https://www.kemkes.go.id>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman pemberian ASI eksklusif*. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Kusuma, N. I., Budiarto, E., Kristiyanti, R., & Susiatmi, S. A. (2026). Edukasi Persiapan Laktasi pada Ibu Hamil dan Pendampingan Menyusui Intensif di Desa Kalilembu: Upaya Peningkatan Capaian ASI Eksklusif: Education on Lactation Preparation and Intensive Breastfeeding Assistance as an

- Effort to Achieve Exclusive Breastfeeding. *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 5(1), 78-85.
- Nababan, E. (2025). *Pengaruh Edukasi Kartu Toska (Mitos atau Fakta) terhadap Pengetahuan Ibu Menyusui tentang ASI Eksklusif di Posyandu 4 dan 14* (Doctoral dissertation, Universitas Bhakti Kencana).
- Rohemah, E. (2020). Dukungan bidan terhadap pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Jamblang Kabupaten Cirebon tahun 2020. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(7), 274-282.
- Sutrisno, S., & Sinanto, R. A. (2022). Efektivitas penggunaan lembar balik sebagai media promosi kesehatan: tinjauan sistematis. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 13(1), 1-11.
- Parwati, N. (2024). *Kebidanan komunitas*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Prafitri, L. D., Zuhana, N., & Ersila, W. (2021). Kelas Laktasi untuk Sukseskan ASI Eksklusif melalui NYUPIT (Penyuluhan dan Pijat Oksitosin). *Abdi Geomedisains*, 35-43.
- World Health Organization. (2023). *Infant and young child feeding*. World Health Organization. <https://www.who.int>
- World Health Organization, & United Nations Children's Fund. (2024). *Global breastfeeding scorecard 2024: Protecting, promoting, and supporting breastfeeding*. WHO & UNICEF.