

**EDUKASI ASI EKSKLUSIF DENGAN CERAMAH DAN PRAKTIK PADA
KADER KESEHATAN DI KECAMATAN SAWANGAN DEPOK**

Avliya Quratul Marjan¹, Ibnu Malkan Bakhrul Ilmi², Khoirul Anwar³, Najwa Khairunnisa^{4*}, Haikal Rizky Azmi⁵, Fandra Raditya Naufal⁶, Virnanda Rahma Noviana⁷

^{1,2,4,5} Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta

^{3,6,7} Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Teknologi dan Pangan,
Universitas Sahid Jakarta

Email Korespondensi: khairunnajwa12@gmail.com

Disubmit: 06 Mei 2025

Diterima: 15 Juni 2025

Diterbitkan: 01 Juli 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i7.20569>

ABSTRAK

Air susu ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi alami yang berasal dari seorang ibu setelah melahirkan, dan direkomendasikan sebagai satu-satunya makanan untuk bayi baru lahir hingga usia enam bulan. WHO menganjurkan ASI eksklusif diberikan tanpa disertai makanan atau minuman apapun, termasuk air, namun obat-obatan dapat diberikan jika dalam kondisi medis yang diperlukan. Dalam praktik pelaksanaan ASI eksklusif, kader kesehatan memiliki peran yang sangat esensial terkait pengetahuan dan keterampilannya dalam hal praktik menyusui. Oleh karena itu, kegiatan edukasi tentang ASI eksklusif perlu dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan serta keterampilan para kader untuk memaksimalkan proses pendampingan ibu menyusui. Kegiatan edukasi ini dilakukan agar pengetahuan tentang ASI eksklusif dan keterampilan kader dalam teknik perlekatan serta pijat laktasi meningkat. Edukasi dilaksanakan dengan metode ceramah menggunakan media *leaflet*, serta praktik menggunakan boneka bayi dan laktasi kit kepada 33 kader kesehatan di Kecamatan Sawangan, Depok. Hasilnya menunjukkan peningkatan nilai *posttest* (>76) sebesar 48,5%. Dimana didapatkan *output* yang diperoleh dari uji wilcoxon yaitu nilai Sig. 0,000 < 0,05, yang mengindikasikan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader setelah edukasi. Oleh karena itu, dapat diketahui bahwa edukasi menggunakan metode ceramah melalui media *leaflet* serta praktik menggunakan boneka bayi dan laktasi kit mampu meningkatkan pengetahuan serta keterampilan kader terkait ASI eksklusif.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, Ceramah, Kader Kesehatan, Praktik

ABSTRACT

Breast Milk is a natural source of nutrition from a mother after giving birth, and is recommended as the only food for newborns up to six months of age. WHO recommends exclusive breastfeeding without any food or drink, including water, but medication can be given if medical conditions require it. In the practice of implementing exclusive breastfeeding, health cadres have a very essential role related to their knowledge and skills in breastfeeding practices. Therefore,

educational activities about exclusive breastfeeding need to be carried out to improve the knowledge and skills of cadres to maximize the process of assisting breastfeeding mothers. This educational activity is carried out so that knowledge about exclusive breastfeeding and cadre skills in attachment techniques and lactation massage increase. Education was carried out through lectures using leaflet media, as well as practical sessions using baby dolls and lactation kits for 33 health cadres in Sawangan District, Depok. The results showed an increase in posttest scores (> 76) by 48.5%. The Wilcoxon test produced a significance value of 0.000 (< 0.05), indicating an increase in cadre knowledge and skills after education. Therefore, it can be concluded that education using lecture methods through leaflet media, along with practical sessions using baby dolls and lactation kits, effectively enhances the knowledge and skills of cadres regarding exclusive breastfeeding

Keywords: *Exclusive Breastfeeding, Lectures, Health Cadre, Practice*

1. PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) adalah emulsi lemak dengan bentuk globulus yang ada di dalam air dengan kandungan agregat protein, laktosa, serta garam organik yang dihasilkan dari payudara seorang ibu yang baru melahirkan (Roesli, U & Yohmi, E., 2008). Sedangkan menurut PP No.33 Tahun 2012, ASI eksklusif didefinisikan sebagai air susu ibu yang didapatkan oleh bayi semenjak lahir hingga enam bulan ke depan, yang diberikan tanpa dan/atau digantikan dengan apapun selain obat, vitamin, dan mineral (Kemenkes, 2017). Pemberian ASI bagi bayi yang baru lahir sangat penting karena ASI mampu memberikan nutrisi ideal untuk bayi melalui komponen makronutrien, mikronutrien, dan komponen bioaktif yang terkandung didalamnya (Wijaya, A.F., 2019). Melalui pemberian ASI, kekebalan tubuh bayi akan meningkat karena adanya antibodi yang berfungsi sebagai untuk menjaga daya tahan serta membunuh kuman. Selain itu, ketika disusui resiko terjadinya asma dan alergi pada bayi juga berkurang.

Disebutkan oleh Ikatan Dokter Anak Indonesia atau IDAI bahwa walaupun cakupan ibu yang pernah menyusui di Indonesia telah mencapai 90%, tetapi bayi yang diberikan ASI secara eksklusif baru mencapai angka 20% (IDAI, 2016). Padahal dengan memberikan ASI secara eksklusif pada anak di 6 bulan pertama kelahirannya mampu mengurangi berbagai macam resiko seperti infeksi, penyakit pernafasan serta diare. Dengan diberikan ASI eksklusif pada 6 bulan pertama sejak kelahirannya, perkembangan potensi kecerdasan anak menjadi lebih terjamin disebabkan terdapat zat gizi khusus yang diperlukan otak di dalam ASI. Lebih lanjut lagi WHO menyebutkan bahwa nyawa 820.000 anak berusia dibawah lima tahun dapat diselamatkan setiap tahunnya dengan pemberian ASI eksklusif.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, cakupan ASI eksklusif di Kota Depok mencapai 74,2% pada triwulan II tahun 2023. Namun, angka ini masih harus terus ditingkatkan mengingat bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif memiliki risiko kematian 14 kali lebih tinggi dibandingkan dengan bayi yang diberikan ASI secara eksklusif (WHO, 2024). Untuk dapat meningkatkan cakupan ASI eksklusif, penting untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi tercapainya praktik pemberian ASI eksklusif. Kesuksesan pemberian ASI eksklusif dapat dipengaruhi akibat banyak faktor, salah satunya yaitu pemberian dukungan kepada ibu menyusui (Kliegman et al.,

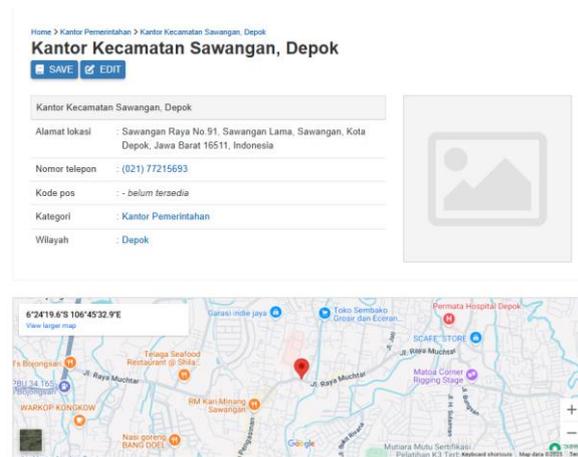
2011). Pemberian dukungan sangat penting dalam praktik pemberian ASI karena dapat berpengaruh pada produksi ASI itu sendiri. Pemberian dukungan bukan hanya dapat dilakukan oleh keluarga, tetapi juga lingkungan sosial seperti kader kesehatan dari Posyandu di lingkungan ibu menyusui. Kader posyandu adalah anggota masyarakat yang siap, sanggup, dan mempunyai waktu untuk melakukan aktivitas yang dilakukan di posyandu dengan sukarela (Agustini, 2017). Kader posyandu dapat memiliki peran penting dalam mendampingi ibu menyusui menjalankan ASI eksklusif secara maksimal. Penelitian menunjukkan bahwa ibu menyusui yang mendapatkan pendampingan dari kader memiliki tingkat keberhasilan menyusui 66,7% lebih tinggi (Sukmawati et al., 2021).

Namun, sebelum turun dan mendampingi para ibu menyusui diperlukan pemberdayaan kepada kader yang bertugas. Pemberdayaan dapat dilakukan melalui pemberian pelatihan terkait ASI eksklusif. Pelatihan kader dapat dilakukan melalui berbagai macam cara, salah satunya dengan pemberian edukasi menggunakan berbagai macam media. Contoh media yang dapat digunakan untuk kegiatan edukasi yaitu *leaflet*. Pelatihan kader menggunakan *leaflet* sebagai media edukasi terbukti efektif dapat meningkatkan pengetahuan kader (Haris et al., 2022). Selain edukasi, praktik pelaksanaan ASI eksklusif juga diperlukan untuk menambah keterampilan para kader. Pelatihan keterampilan ini dapat memanfaatkan boneka bayi dan laktasi kit sebagai alat bantu. Pelatihan yang dilakukan oleh Amir et al. (2022) membuktikan bahwa praktik keterampilan terkait menyusui menggunakan boneka bayi efektif meningkatkan keterampilan para peserta. Untuk itu, kegiatan edukasi dan praktik terkait ASI eksklusif dibutuhkan untuk dilaksanakan di lebih banyak tempat dengan harapan para kader mampu mendampingi para ibu menyusui dengan maksimal dan meningkatkan cakupan praktik ASI eksklusif di masyarakat.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat menunjukkan bahwa capaian pelaksanaan ASI eksklusif di Kota Depok menyentuh angka 74,2% pada triwulan II tahun 2023. Namun, angka ini harus terus ditingkatkan karena masih berada dibawah target yang telah pemerintah tetapkan yakni sebesar 80%. Selain itu, apabila tidak diberikan ASI eksklusif, risiko kematian bayi meningkat 14 kali lebih besar (WHO, 2024). Untuk dapat meningkatkan cakupan ASI eksklusif dapat dilakukan dengan mendukung dan mendampingi para ibu menyusui melalui pemberdayaan kader dengan tujuan terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam pelaksanaan ASI eksklusif di masyarakat. Oleh karena itu, pelatihan kader melalui pemberian edukasi menggunakan media seperti *leaflet* serta praktik menggunakan boneka bayi dan laktasi kit diusulkan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para kader kesehatan terkait dengan ASI eksklusif. Kegiatan ini dilakukan di Aula Kantor Kecamatan Sawangan, Depok, Jawa Barat.

Rumusan pertanyaan dalam kegiatan ini yaitu apakah pemberian edukasi dengan metode ceramah menggunakan media *leaflet* serta praktik menggunakan boneka bayi dan laktasi kit dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan terkait ASI eksklusif para kader kesehatan?



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan

3. KAJIAN PUSTAKA

Air Susu Ibu merupakan sumber makanan sekaligus minuman terbaik yang diperlukan oleh bayi yang baru lahir pada fase pertama kehidupannya hingga berusia enam. Pada fase ini, pemberian ASI tanpa diberikan tambahan makanan atau minuman lain, termasuk air mineral sudah dapat mencukupi kebutuhannya. Namun, prevalensi pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih tergolong rendah. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, cakupan ASI eksklusif nasional hanya mencapai 68,8%, kurang dari target 80% yang ditetapkan oleh pemerintah.

Pemberian ASI eksklusif memiliki pengaruh yang cukup signifikan terhadap kesehatan bayi dan ibu. Melalui pemberian ASI eksklusif, terjadinya infeksi dan gangguan gizi seperti obesitas dan stunting dapat dicegah. Anak yang mengalami stunting akan lebih rentan terserang penyakit dan ketika dewasa memiliki risiko yang lebih besar untuk menderita penyakit degeneratif (Sukmawati et al., 2021). Manfaat bagi ibu, proses menyusui dapat mempercepat pemulihan ibu pasca persalinan dengan mengurangi risiko pendarahan pasca melahirkan dan membantu rahim kembali ke ukuran normal. Dengan menyusui bayinya, resiko seorang ibu terkena kanker payudara dan kanker ovarium juga dapat berkurang (Khotimah et al., 2024). Dengan demikian, keberhasilan program ASI eksklusif sangat penting untuk pengetahuan dan kesehatan masyarakat.

Faktor rendahnya pemberian ASI eksklusif salah satunya adalah kurangnya pengetahuan ibu menyusui, yang dapat mempengaruhi informasi dan penerapan yang diberikan oleh tenaga kesehatan. Kader kesehatan berperan penting sebagai perpanjangan tangan pelayanan kesehatan masyarakat. Penelitian yang dilakukan Sukmawati et al. (2021) menunjukkan bahwa edukasi kepada kader kesehatan terbukti mampu meningkatkan keberhasilan menyusui melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam mendampingi ibu menyusui.

Salah satu cara untuk meningkatkan peran aktif ibu dalam mensukseskan pemberian ASI eksklusif adalah melalui peningkatan pengetahuan ibu lewat pendidikan kesehatan. Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain tingkat pendidikan, akses terhadap informasi atau media massa, kondisi sosial budaya dan ekonomi, lingkungan sekitar, pengalaman, serta usia. Semakin tinggi tingkat

pendidikan seseorang, maka akan semakin mudah pula ia menerima dan memahami informasi yang diberikan (Zubaida et al., 2024).

Edukasi merupakan segala bentuk upaya pembelajaran atau pendidikan untuk menambah pengetahuan baru, sikap, dan keterampilan seseorang atau kelompok sehingga dapat mempengaruhi suatu individu, kelompok atau masyarakat untuk dapat menjalankan apa yang direncanakan. Dalam proses penyampaian edukasi, diperlukan indera untuk dapat menerima pesan yang disampaikan. Sebuah teori menyebutkan, semakin banyak indera yang digunakan untuk memperoleh informasi maka semakin maksimal informasi yang diperoleh. Dalam pelaksanaan edukasi, indera yang sering dilibatkan adalah indra pendengaran dan indera penglihatan. Melalui penggunaan kedua indera tersebut, tingkat efektivitas edukasi menjadi semakin tinggi jika dibandingkan dengan pelaksanaan edukasi dengan salah satunya.

Proses pelaksanaan edukasi juga membutuhkan alat bantu pendidikan atau yang biasa disebut media edukasi. Media edukasi dapat diartikan sebagai alat yang digunakan untuk memudahkan penyampaian dan penerimaan informasi kepada masyarakat. Media dapat didesain dengan menarik, sehingga sasaran menjadi lebih tertarik dan terdorong untuk mempelajari isi pesan secara lebih mendalam (Alti et al., 2022). Salah satu bentuk media pembelajaran yang mudah dipahami saat ini adalah *leaflet*, yaitu selebaran kertas yang dilipat dan dirancang secara informatif serta menarik, berisi gambar dan teks cetak yang menyampaikan informasi mengenai suatu topik atau peristiwa (Asfar et al., 2020). Penggunaan *leaflet* dalam penyuluhan kesehatan terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu terkait ASI eksklusif (Hardjito, 2023).

Selain media cetak, metode edukasi yang melibatkan praktik langsung juga menunjukkan efektivitas yang lebih tinggi dibandingkan penyampaian materi secara teori saja. Zubaida et al. (2024) menemukan bahwa penggunaan alat bantu seperti boneka dan laktasi kit dalam pelatihan kader kesehatan secara signifikan meningkatkan skor pengetahuan dan keterampilan, dengan nilai signifikansi uji statistik $< 0,05$. Oleh karena itu, edukasi ASI eksklusif yang menggabungkan metode ceramah dan praktik tidak hanya meningkatkan pemahaman konseptual kader tentang manfaat dan teknik menyusui, tetapi juga memperkuat keterampilan praktis mereka dalam mendampingi ibu menyusui. Pendekatan ini berperan besar dalam meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif di masyarakat.

4. METODE

Penelitian ini menerapkan metode intervensi berupa edukasi dan praktik kepada 33 kader dari tujuh kelurahan di Kecamatan Sawangan, Kota Depok. Target yang ingin dicapai melalui pelaksanaan kegiatan ini yaitu peningkatan pengetahuan tentang ASI eksklusif dan keterampilan kader dalam teknik perlekatan serta pijat laktasi. Edukasi dilakukan melalui ceramah dengan media *leaflet* serta praktik dilakukan menggunakan media boneka bayi dan laktasi kit.

Sebelum pelaksanaan kegiatan, dilakukan analisis situasi dan penyusunan instrumen, yang meliputi media edukasi berupa *leaflet* serta penyusunan soal untuk *pretest* dan *posttest*. Masing-masing tes yang diberikan tersusun atas 10 soal pilihan ganda dengan pertanyaan yang sama agar nantinya dapat digunakan untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan kader saat sebelum maupun sesudah menerima intervensi berupa edukasi.



Gambar 2. Persiapan Kegiatan dengan Menyusun Materi Edukasi

Pelaksanaan edukasi dilaksanakan selama 120 menit, dimulai dengan pengisian *pretest* oleh peserta, dilanjutkan dengan sesi ceramah menggunakan media *leaflet* yang membahas pengertian dan manfaat inisiasi menyusui dini (IMD), IMD lahir normal dan lahir sesar, pengertian dan fungsi kolostrum, pengertian ASI dan ASI eksklusif, jenis-jenis ASI, kandungan nutrisi ASI, manfaat pemberian ASI eksklusif, ciri ASI yang berkualitas, Aspek yang dapat mempengaruhi pengeluaran ASI, cara menyusui yang sesuai, cara penyimpanan, daya simpan serta cara penggunaan ASI perah, permasalahan pengeluaran ASI dan solusinya, serta pijat laktasi. Setelah sesi ceramah, dilakukan praktik perlekatan menyusui dan pijat laktasi menggunakan boneka bayi dan laktasi kit guna meningkatkan keterampilan kader. Di akhir kegiatan, peserta diminta untuk mengisi *posttest* sebagai bentuk evaluasi akhir.



Gambar 3. Pelaksanaan Kegiatan

Selain itu, monitoring juga dilakukan selama kegiatan berlangsung untuk memastikan kelancaran proses edukasi dan keaktifan peserta selama sesi praktik. Evaluasi program dilakukan dengan mengukur peningkatan pengetahuan kader tentang ASI eksklusif yang dilakukan dengan cara melakukan pengisian *pretest* dan *posttest* yang hasilnya nanti akan diolah menggunakan SPSS.



Gambar 3. Kegiatan *Posttest* untuk Evaluasi Kegiatan

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Untuk mendukung pemberdayaan kader kesehatan di Kecamatan Sawangan, Depok dalam rangka membantu meningkatkan pengetahuan para kader kesehatan terkait ASI Eksklusif, diadakan kegiatan edukasi menggunakan metode ceramah dan praktik langsung yang dilengkapi dengan media *leaflet*, boneka bayi, serta laktasi kit.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov	Shapiro-Wilk
<i>Pretest</i>	0,034	0,262
<i>Posttest</i>	0,001	0,003

Setelah dilakukan uji normalitas, didapatkan hasil bahwa data tidak terdistribusi dengan normal, untuk itu dilakukan uji beda dua rata-rata menggunakan uji wilcoxon.

Tabel 2. Hasil *Pretest* dan *Posttest*

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
<i>Negative Ranks</i>	2	5,00	10,00
<i>Positive Ranks</i>	26	15,23	396,00
<i>Ties</i>	5		
Total	33		

Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan uji wilcoxon didapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ketika hasil skor *pretest* 26 responden dibandingkan dengan hasil *posttest*. Namun, terjadi pada 2 responden terjadi penurunan skor dan tidak terjadi peningkatan ataupun penurunan skor pada 5 responden setelah diberikan edukasi tentang ASI eksklusif.

Tabel 3. Uji Wilcoxon

	<i>Posttest - Pretest</i>
Z	-4.447
Asymp. Sig 2 (tailed)	0.000

Hasil *output* uji wilcoxon yang didapatkan signifikansi sebesar yaitu 0,000 yang berarti $< 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa nilai *pretest* dan *posttest* memiliki peningkatan yang signifikan. Dengan begitu dapat disebutkan bahwa metode ceramah dengan media *leaflet* ketika pemberian edukasi dapat meningkatkan pengetahuan tentang ASI eksklusif para kader kesehatan.

b. Pembahasan

ASI eksklusif merujuk pada pemberian ASI kepada bayi baru lahir mulai dari awal kehidupannya hingga berusia enam bulan tanpa diberikan tambahan apapun. Hal ini dilakukan sebab sistem pencernaan bayi belum matang sepenuhnya hingga usia enam bulan, sehingga pemberian ASI eksklusif bertujuan untuk mencegah risiko alergi yang bisa timbul dari makanan selain ASI. Secara umum, jaringan yang terdapat pada usus bayi menyerupai filter pasir dan memiliki pori-pori berongga, sehingga beberapa jenis protein yang berpotensi menimbulkan alergi dapat langsung masuk ke aliran darah jika diberikan makanan selain ASI sebelum waktunya (Efendi et al., 2021).

Praktik pelaksanaan ASI eksklusif pada usia 6 bulan pertama bayi menjadi sesuatu yang sangat penting dikarenakan memiliki ragam manfaat. ASI yang diberikan kepada bayi yang baru lahir tidak dapat digantikan perannya oleh apapun. Hal ini dikarenakan peran ASI sebagai satu-satunya jenis makanan dengan nutrisi paling ideal bagi bayi. Daya tahan tubuh serta kecerdasan bayi yang diberikan ASI eksklusif juga lebih baik dibandingkan dengan yang tidak diberikan. Pemberian ASI eksklusif juga berdampak dalam menurunkan resiko kesehatan seperti diabetes, obesitas, dan kanker tertentu di masa depan (Wijaya, 2019). Keuntungan lain dari pemberian ASI untuk bayi termasuk menurunkan risiko karies gigi, dan memberi bayi rasa nyaman dan aman saat dekat dengan sang ibu.

Meskipun cakupan ASI eksklusif di Depok lebih tinggi daripada cakupan ASI nasional, namun angka tersebut masih berada dibawah target yang ditetapkan oleh pemerintah. Selain itu berfokus pada beberapa risiko ketika ASI eksklusif tidak dipenuhi seperti tiga kali lebih beresiko terkena infeksi pernafasan, 17 kali lebih beresiko mengalami diare (Ruly et al., 2021) hingga 14 kali lebih beresiko mengalami kematian (WHO, 2024) maka dari itu, peningkatan cakupan ASI eksklusif menjadi sangat esensial untuk terus dilakukan. Kliegman et al. (2011) membuktikan peran dukungan yang diberikan pada ibu menyusui menjadi salah satu kunci kesuksesan praktik ASI eksklusif. Dukungan tersebut bukan hanya bisa didapatkan dari keluarga tetapi juga lingkungan sosial seperti kader kesehatan. Penelitian oleh Sukmawati et al. (2011) menunjukkan bahwa terjadi peningkatan keberhasilan hingga 66,7% pada ibu menyusui yang didampingi oleh kader kesehatan. Maka dari itu usaha untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilannya kader menjadi hal krusial dalam rangka meningkatkan angka cakupan ASI eksklusif.

Kader kesehatan merupakan bagian dari masyarakat yang berperan sebagai garda terdepan terkait bidang kesehatan, salah satunya pada keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Fajri et al., 2018). Melalui kegiatan posyandu, para kader kesehatan dapat membantu para warga sekitar melakukan upaya kesehatan primer dalam rangka meningkatkan status kesehatan. Upaya yang dilakukan bisa dengan pemberian penyuluhan, pemantauan perkembangan, dan pelaporan ketika kader mendapati keterlambatan perkembangan pada anak (Juniyati, 2024).

Penyuluhan adalah proses komunikasi dan proses perubahan perilaku melalui pendidikan. Dalam pelaksanaannya, kegiatan penyuluhan memerlukan dukungan agar tepat pada sasaran dan mendapatkan hasil yang maksimal. Keberhasilan suatu penyuluhan dapat dilihat dari adanya peningkatan pengetahuan dan sikap yang mendukung agar terjadinya

perubahan perilaku tersebut. Salah satu bentuk metode yang bisa digunakan dalam melakukan penyuluhan pendidikan kesehatan yaitu melalui metode ceramah. Metode ceramah merupakan penerangan materi dan penuturan kata melalui lisan dan suara. Dalam metode ini penyuluh lebih banyak memegang peran untuk menyampaikan dan menjelaskan materi penyuluhannya dengan sedikit memberikan kesempatan kepada sasaran untuk menyampaikan tanggapannya (Azizah, 2020). Untuk menambah minat peserta penyuluhan, pemateri dapat menggunakan media, salah satunya *leaflet*. Media *leaflet* merupakan sebuah media untuk melakukan komunikasi yang berasal dari kertas yang dilengkapi oleh gambar serta tulisan yang terletak di kedua sisi kertas kemudian dilipat hingga berukuran lebih kecil sehingga lebih praktis untuk dibawa.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan pada 33 kader kesehatan yang datang dari tujuh kelurahan di Kecamatan Sawangan, Depok ini dapat mendukung target pemerintah dalam meningkatkan angka cakupan ASI eksklusif nasional. Dimana dalam kegiatan tersebut para kader bukan hanya mendapatkan edukasi pengetahuan dan keterampilan namun juga dilakukan evaluasi berupa *prepost test* dan praktik secara langsung untuk menilai efektivitas edukasi dan melihat peningkatan keterampilan kader. Kegiatan edukasi juga dilengkapi dengan media *leaflet* serta boneka bayi dan laktasi kit untuk memaksimalkan proses edukasi sehingga para kader dapat memahami materi yang disampaikan.

Berdasarkan hasil *prepost test* yang dilakukan, terbukti bahwa kegiatan edukasi menggunakan metode ceramah menggunakan *leaflet* ini mampu meningkatkan pengetahuan terkait ASI eksklusif pada kader kesehatan yang signifikan, dibuktikan dengan *output* uji wilcoxon $< 0,05$. *Output* tersebut setara jika dibandingkan oleh penelitian yang dilakukan Ruly et al. (2021) bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada ibu yang diintervensi tentang ASI eksklusif menggunakan media *leaflet*. Dimana hasil penelitian tersebut didapatkan melalui tinjauan *literature review* yang berasal dari tiga database yang mengindikasikan bahwa cukup banyak penelitian yang menyebutkan *leaflet* sebagai opsi yang baik untuk mendukung kegiatan edukasi dan belajar. Hal ini dapat terjadi karena *leaflet* memiliki beberapa keunggulan dibanding media cetak lainnya yaitu memiliki desain yang lebih simple dan praktis untuk dibawa, serta dilengkapi dengan desain yang menarik sehingga mempermudah dalam memahami informasi yang disampaikan (Winarso, 2017). Hasil ini sejalan dengan penelitian Juniyati et al. (2024) dan Idris (2020), yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi mampu meningkatkan pemahaman kader dan ibu mengenai ASI eksklusif secara signifikan, terutama ketika menggunakan media edukatif visual seperti *leaflet*.

Kemudian untuk praktik perlekatan menyusui dan pijat laktasi menggunakan media boneka bayi dan laktasi kit efektif dilakukan, dibuktikan dengan praktik langsung yang dilakukan oleh para kader setelah narasumber selesai memberikan demo perlekatan menyusui dan pijat laktasi. Hasil ini sesuai dengan yang dilakukan oleh Amir et al. (2022) dan Zubaida et al. (2024) yang membuktikan bahwa penggunaan alat bantu seperti boneka dan laktasi kit dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan secara signifikan. Hal ini sejalan dengan teori *experiential learning* yang menjelaskan bahwa keterampilan praktis lebih efektif diajarkan melalui keterlibatan langsung dalam proses simulatif.

Penelitian yang dilakukan Idris et al. (2022) menunjukkan bahwa praktik menggunakan boneka bayi dan laktasi kit mampu meningkatkan kemampuan teknis kader secara signifikan. Selain itu, keterlibatan aktif kader dalam praktik menjadikan mereka lebih percaya diri saat memberikan pendampingan langsung kepada ibu menyusui di lingkungan masyarakat.

Hasil dari kegiatan ini memperlihatkan bahwa pendekatan edukasi berbasis ceramah dan praktik yang dilengkapi media *leaflet* serta alat bantu simulasi merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan kader. Intervensi ini terbukti tidak hanya meningkatkan pengetahuan kader secara kognitif, tetapi juga keterampilan praktis kader dalam memberikan pendampingan kepada ibu menyusui. Temuan ini sejalan dengan teori pembelajaran dan hasil penelitian terdahulu serta relevan dengan kebutuhan di lapangan. Oleh karena itu, pendekatan ini dapat direkomendasikan untuk digunakan secara luas dalam pelatihan kader guna mendukung pencapaian target ASI eksklusif nasional.

6. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui edukasi pada kader di Kecamatan Sawangan, Depok menunjukkan hasil positif. Karena terbukti bahwa edukasi menggunakan metode ceramah yang dilengkapi dengan media *leaflet* serta praktik yang dilakukan dengan boneka bayi dan laktasi kit dapat meningkatkan pengetahuan juga keterampilan kader terkait ASI eksklusif, teknik perlekatan menyusui dan pijat laktasi. Diharapkan melalui kegiatan ini para kader dapat membantu menyebarkan dan pengetahuan dan keterampilan yang didapatkan untuk membantu mendampingi para ibu menyusui sehingga dapat mengoptimalkan praktik pelaksanaan ASI eksklusif untuk bayi berusia 0-6 bulan khususnya di Kecamatan Sawangan, Depok. Berikutnya, media yang digunakan untuk edukasi dalam penelitian ini yaitu *leaflet*, boneka bayi dan laktasi kit masih perlu diuji efektivitasnya untuk digunakan sebagai media pembelajaran jangka panjang.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, F. (2017). Analisis Pengetahuan Kader Tentang Peran Dan Fungsi Di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2016. *Jurnal Bidkesmas*, 2(8), 35-42.
- Alti, R.M., Anasi, P.T., Silalahi, D.E., Fitriyah, L.A., Hasanah, H., Akbar., M.R., Arifianto, T., Kamarudin, I., Herman, Malahayati, E.N., Hapsari, S., Jubaidah, W., Yanuarto, W.N., Agustianti R., & Kurniawan A. (2022). Media Pembelajaran. *Global Eksekutif Teknologi*.
- Amir, A., Hartono, C. & Chaerunnimah. (2022). Implementasi Penyegaran Keterampilan Konselor Menyusui. *Media Implementasi Riset Kesehatan*, 3(1), 57-65.
- Asfar, A.M.I.T. & Nur, As. A., Akbar Asfar, A. M., & Kasmawati, A. (2022). Model Pembelajaran Gold(Guided, Organizing, Leaflet Discovery). Cv *Jejak*.
- Azizah, U.N. (2020). Penggunaan Flanel Tiga Dimensi Dapat Meningkatkan Pengetahuan Mitigasi Bencana Gunung Meletus Pada Anak-Anak: A

- Systematic Literature Review. Thesis, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2023). Percepatan Penurunan Stunting Jawa Barat. Jakarta, Diakses 14 Desember 2024, <https://www.scribd.com/document/789536124/Percepatan-Penurunan-Stunting-Jawa-Barat-2023>
- Fajri, F., Rahmatu, R. & Alam, N. (2018). Kadar Klorofil Dan Vitamin C Daun Kelor (*Moringa Oleifera Lam*) Dari Berbagai Ketinggian Tempat Tumbuh. *Agrotekbis: E-Jurnal Ilmu Pertanian*, 6(2), 152-158.
- Hardjito, K. (2023). Optimalisasi Media Leaflet Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Asi Eksklusif. *Healthy: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 2(4), 33-40. <https://doi.org/10.51878/Healthy.V2i1.2311>
- Haris, H., Prabene, F.U. & Syamsiah, S. (2017). Pelatihan Kader Kesehatan Dan Aplikasi Edukasi Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular, *Media Karya Kesehatan*, 5(2), 137-150.
- Idris, F. P. (2020). Pengaruh Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Tinggimoncong Kabupaten Gowa. In *Prosiding Seminar Nasional 2019 Sinergitas Multidisiplin Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi*.
- Idris, F. P., Asrina, A. & Reski, M. A. (2022). Edukasi Tentang Manajemen Laktasi Dan Nutrisi Bayi Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Oleh Kader. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Abdira)*, 2(4), 167-176.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia. (2016). Dampak Dari Tidak Menyusui. Jakarta, Diakses 14 Desember 2024, <https://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/dampak-dari-tidak-menyusui-di-indonesia>
- Ilham, Syamdarniati, Romadonika, F., Rusiana, H.P., Hidayati, B.N., Salfarina, A.L. & Safitri, R.P. (2023). Edukasi Tentang Asi Eksklusif Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Di Wilayah Kerja Puskesmas Palibelo Kabupaten Bima, *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1 (2), 171.
- Juniyati, Pujiati, W., & Sari, K. (2024). Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Kader Tentang Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi. *Jurnal Keperawatan Stikes Hang Tuah Tanjungpinang*, 14(1), 35-43.
- Kliegman, R.M., Stantin, B.F., St. Geme., J.W. & Schor, N.F. (2011). *Nelson Textbook Of Pediatrics 19th Edition*. Elsevier, 160-179.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2016. Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2017, 138.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (Ski). *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 235.
- Khotimah, K., As Satillah, S., 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 : Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 13(2), 254-266. <https://doi.org/10.26877/Paudia.V13i2.505>
- Muharram, I., Faradillah, A., Helviana, F.A., Sari, J.I. & Sabria, M.S. (2021). Pengaruh Edukasi Mp-Asi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu, *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 20(2), 86-88.

- Roesli, U. & Yohmi, E. (2008). Bedah Asi: Kajian Dari Berbagai Sudut Pandang Ilmiah. *Balai Penerbit Fkui*, 17-30.
- Ruly, Marsofely, C.D., Sumiati, R.L., Patroni, S., Andeka, R. & Wisuda. (2021). Literature Review Penggunaan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Asi Eksklusif. *Thesis*, Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
- Sukmawati, E., Imanah, N. D. N., & Suwariyah, P. (2021). Pengaruh Pendampingan Kader Kesehatan Terhadap Keberhasilan Menyusui Untuk Memberikan Asi Eksklusif. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(2), 91-98. <https://doi.org/10.36419/Jki.V12i2.500>
- Susanti, N. (2020). Efektivitas Metode Ceramah Dan Media Leaflet Terhadap Sikap Dan Pengetahuan Ibu Terhadap Pijat Bayi, *Akademi Kebidanan Sehati. Evidance Based Journal*, 1(1), 29.
- Tay, K., As Satillah, S., 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 : Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 13(2), 254-266. <https://doi.org/10.26877/Paudia.V13i2.505>
- Who Indonesia. (2024). Ibu Membutuhkan Lebih Banyak Dukungan Menyusui Selama Masa Kritis Bayi Baru Lahir. Jakarta, Diakses 14 Desember 2024, <https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/01-08-2024-mothers-need-more-breastfeeding-support-during-critical-newborn-period>
- Wijaya, F.A. (2019). Asi Eksklusif: Nutrisi Ideal Untuk Bayi 0-6 Bulan, *Cermin Dunia Kedokteran Journal*, 46(4), 297-300.
- Winarso, W. & Yulianti, D. (2017). Pengembangan Bahan Ajar Matematika Berbentuk Leaflet Berbasis Kemampuan Kognitif Siswa Berdasarkan Teori Bruner. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika*, 6(1), 11-24.
- Zubaida, A., Immawati, I., & Dewi, T.K. (2024). Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang Asi Eksklusif Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Iringmulyo Metro Timur, *Jurnal Cendekia Muda*, 4(2).