

Kelas Ayah Hebat untuk Peningkatan Capaian ASI Eksklusif Puskesmas Dirgahayu Kabupaten Kotabaru

Dewi Arianti ^{a*}, Siswanto Pabidang^b, Evy Ernawati^c

^{a,b,c} STIKES Guna Bangsa Yogyakarta, Indonesia

Email*: dewi.budianto@gmail.com

Article Hystory

Received: 27-02-2025

Revised: 11-03-2025

Accepted: 20-03-2025

Kata kunci:

Edukasi, ASI eksklusif,
Kelas Ayah hebat

Keywords:

Education,
Exclusive
breastfeeding,
Great Dad
Class

Abtrak: Latar Belakang. ASI Eksklusif merujuk pada pemberian ASI kepada bayi selama enam bulan pertama kehidupan tanpa tambahan makanan atau minuman lain. Keberhasilan pemberian ASI eksklusif membutuhkan dukungan dan pemantauan dari berbagai pihak, termasuk keluarga, terutama ayah, pemerintah, tenaga medis, serta kader posyandu yang ada di masyarakat. **Tujuan.** Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan PUS tentang pemberian ASI eksklusif. **Metode.** Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang akan dilaksanakan berupa edukasi kepada PUS melalui kegiatan penyuluhan. Sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah PUS yang memiliki bayi usia 3-5 bulan. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan pemberian pre test berupa kuesioner terlebih dahulu selanjutnya penyuluhan kemudian baru melakukan pendampingan akan praktek dari penyuluhan tersebut dan yang terakhir dilakukan post test berupa games monopoli pada semua peserta. **Hasil.** Hasil pengabdian kepada masyarakat sebelum diberikan edukasi pengetahuan PUS kurang 60%, sedangkan setelah edukasi mempunyai pengetahuan baik 80%. **Kesimpulan.** Kegiatan pengabdian masyarakat dapat berdiskusi dan merencanakan strategi bersama, berbagi pengalaman dan tantangan yang dihadapi, serta dapat mencari solusi untuk memastikan kelancaran pemberian ASI, serta menambah pengetahuan dan wawasan kepada masyarakat khususnya PUS. Sehingga dapat meningkatkan keberhasilan dalam program ASI eksklusif

Abstract: Background. Exclusive breastfeeding refers to giving breast milk to babies for the first six months of life without any additional food or drink. The success of exclusive breastfeeding requires support and monitoring from various parties, including families, especially fathers, the government, medical personnel, and posyandu cadres in the community.

Objective. This community service activity aims to increase knowledge to ensure smooth breastfeeding. **Methods.** The community service activities that will be carried out are in the form of education to PUS through counseling activities. The target in this community service activity is PUS who have babies aged 3-5 months. The implementation of community service is carried out by providing a pre-test in the form of a questionnaire first, then counseling, then providing assistance in practicing the counseling and finally a post-test in the form of monopoly games is carried out on all participants. **Results.** The results of community service before being given education, PUS knowledge was less than 60%, while after education they had good knowledge 80%. **Conclusion.** Community service activities can discuss and plan joint strategies, share experiences and challenges faced, and can find solutions to ensure smooth breastfeeding, and increase knowledge and insight to the community, especially PUS. So that it can increase success in the exclusive breastfeeding program.

PENDAHULUAN

ASI adalah makanan alami terbaik yang kaya akan nutrisi dan energi, mudah dicerna, serta mengandung kandungan nutrisi yang seimbang dan ideal untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI Eksklusif merujuk pada pemberian ASI kepada bayi selama enam bulan pertama kehidupan tanpa tambahan makanan atau minuman lain.(Ary-HS et al., 2023). Kualitas kehidupan anak sangat dipengaruhi oleh kondisi sejak masa hamil, bersalin, bayi baru lahir dan seterusnya. (Ekawati et al., 2015). Pemberian air susu ibu (ASI) sangat dominan terhadap kualitas hidup anak. Hal tersebut karena ASI mengandung banyak zat gizi yang diperlukan dalam tumbuh kembang anak serta mampu meningkatkan daya tahan tubuh anak sehingga tidak mudah terpapar penyakit. (Trisanti & Khoirunnisa, 2019). Bayi sebaiknya diberikan ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupannya untuk mencapai pertumbuhan, perkembangan dan kesehatan yang optimal. Setelah itu, untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya yang terus berubah, bayi harus menerima makanan pendamping ASI yang cukup bergizi dan aman, sambil terus memberikan ASI hingga dua tahun atau lebih (WHO, 2023).

Suami merupakan support system terbesar dalam keberhasilan pemberian ASI Eksklusif (Dewi & Rahayu, 2023). Ayah adalah orang terdekat setelah ibu bagi bayi yang memiliki

peran penting dalam pemberian ASI eksklusif.(Pratiwi et al., 2022). Keberhasilan pemberian ASI eksklusif membutuhkan dukungan dan pemantauan dari berbagai pihak, termasuk keluarga, terutama ayah, pemerintah, tenaga medis, serta kader posyandu yang ada di masyarakat.(Niken Fadila Putri, 2023). Peran ayah dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif masih terbatas, salah satunya karena faktor budaya yang membagi peran, di mana ayah dianggap sebagai pencari nafkah sementara urusan rumah tangga sepenuhnya menjadi tanggung jawab ibu. Dukungan dari ayah sangat membantu ibu dalam proses menyusui, karena dapat menjaga kestabilan mental ibu, mengurangi stres, dan menghindarkan dari kelelahan, sehingga ibu dapat memberikan ASI terbaik. Dukungan tersebut juga dapat meningkatkan rasa percaya diri ibu. Ibu yang percaya diri dalam menyusui akan lebih sukses dalam menjalani proses menyusui bayi.(Danefi, 2023)

Puskesmas Dirgahayu merupakan salah satu puskesmas diKabupaten Kotabaru Kalimantan Selatan yang berkomitmen untuk meningkatkan kesehatan masyarakat di wilayah kerja dengan salah satu fokus khusus pada kesehatan ibu dan anak. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan cakupan ASI Eksklusif hanya sebesar 68,6% yang mana masih rendah dari target nasional yaitu 80% (Kemenkes RI, 2024).

Dalam menghadapi tantangan rendahnya cakupan ASI eksklusif, Puskesmas Dirgahayu telah merancang berbagai program kerja yang inovatif dan terintegrasi. Dengan melayani sepuluh desa binaan, puskesmas ini berupaya untuk menjangkau ibu-ibu serta bayi-bayi mereka secara langsung, memberikan edukasi dan dukungan yang diperlukan untuk mendorong praktik

menyusui yang optimal. Melalui penyuluhan, konsultasi, dan penguatan kapasitas tenaga kesehatan, Puskesmas Dirgahayu berusaha untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya ASI eksklusif bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Dengan pendekatan yang holistik dan berfokus pada pemberdayaan masyarakat, Puskesmas Dirgahayu tidak hanya ingin meningkatkan angka cakupan ASI eksklusif, tetapi juga menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan ibu dan anak secara berkelanjutan.

Data menunjukkan bahwa cakupan ASI Eksklusif di Puskesmas Dirgahayu hanya sebesar 54,95% pada periode Januari-September 2024, masih di bawah target nasional 80%. Berbagai faktor yang menyebabkan rendahnya cakupan ASI eksklusif di antaranya ibu bekerja, kurang dukungan keluarga, minimnya pendampingan bidan, rendahnya pengetahuan dan sikap ibu, serta budaya yang turun-temurun. Khususnya, kurangnya dukungan suami teridentifikasi sebagai salah satu penyebab utama. Beberapa studi literatur menunjukkan bahwa dukungan suami memiliki pengaruh signifikan terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Bentuk dukungan suami yang penting mencakup dukungan informasional, instrumental, penilaian, dan emosional. Undang-Undang Kesehatan Nomor 36 Tahun 2009 dan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 menegaskan kewajiban ibu untuk memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan dan kewajiban tenaga kesehatan untuk memberikan informasi dan edukasi terkait ASI eksklusif. Namun, implementasi di lapangan masih belum optimal. Berdasarkan analisis situasi dan landasan kebijakan, rekomendasi yang diberikan adalah mengadakan program "Kelas Ayah Hebat" dengan tujuan meningkatkan pengetahuan PUS tentang pemberian ASI eksklusif.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diselenggarakan selama dua hari yaitu tanggal 03 dan 10 Februari 2025, bertempat di Puskesmas Dirgahayu Kotabaru. Dalam penyampaian materi diiringi dengan diskusi/tanya jawab tentang kelancaran pemberian ASI dan ASI eksklusif. Peserta yang hadir pada kegiatan ini yakni sebanyak 5 peserta terdiri dari PUS yang mempunyai bayi 2-5 bulan di Puskesmas Dirgahayu Kotabaru. Hasil yang dicapai adalah telah terlaksananya

kegiatan pengabdian masyarakat yaitu berupa berdiskusi dan merencanakan strategi bersama, berbagi pengalaman dan tantangan yang dihadapi, serta mencari solusi untuk memastikan kelancaran pemberian ASI melalui kegiatan penyuluhan berupa power point, tanya jawab dan juga praktek secara langsung.

Manfaat pengabdian masyarakat melalui kelas ayah hebat untuk peningkatan cakupan ASI eksklusif sangat besar. Kelas ini dapat meningkatkan pemahaman ayah mengenai pentingnya peran mereka dalam mendukung pemberian ASI eksklusif. Dengan pengetahuan yang lebih baik, ayah dapat memberikan dukungan emosional dan praktis kepada ibu, seperti membantu dalam pekerjaan rumah tangga atau memberikan motivasi kepada ibu, yang berkontribusi pada kestabilan mental ibu dan kelancaran proses menyusui. Selain itu, keterlibatan ayah dapat meningkatkan rasa percaya diri ibu, mempererat hubungan keluarga, serta menciptakan lingkungan yang mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Kelas ini juga dapat memberikan kesempatan untuk berbagi pengalaman dan memperkuat komitmen bersama dalam memastikan bayi mendapatkan ASI eksklusif selama enam bulan pertama.

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Puskesmas Dirgahayu Kotabaru. Hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan adalah sebagai berikut :

Tabel 1 Pengetahuan ayah tentang kelancaran pemberian ASI dan ASI eksklusif di Puskesmas Dirgahayu Kotabaru

No	Pengetahuan	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	Pretest	1	20	1	20	3	60	5	100
2	Posttest	4	80	1	20	0	0	5	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa ada peningkatan secara signifikan dilihat dari hasil pretest dan post test. Pada pretest pengetahuan responden terbanyak kurang yaitu 60% dan pada posttest nilai terbanyak pengetahuan menjadi baik yaitu 80% pengetahuan PUS di Puskesmas Dirgahayu Kotabaru.

PEMBAHASAN

Pemberian air susu ibu (ASI) sangat dominan terhadap kualitas hidup anak. Hal tersebut karena ASI mengandung banyak zat gizi yang diperlukan dalam tumbuh kembang anak serta mampu meningkatkan daya

tahan tubuh anak sehingga tidak mudah terpapar penyakit. (Trisanti & Khoirunnisa, 2019). Bayi sebaiknya diberikan ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupannya untuk mencapai pertumbuhan, perkembangan dan kesehatan yang optimal. Setelah itu, untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya yang terus berubah, bayi harus menerima makanan pendamping ASI yang cukup bergizi dan aman, sambil terus memberikan ASI hingga dua tahun atau lebih (WHO, 2023).

Suami merupakan support system terbesar dalam keberhasilan pemberian ASI Eksklusif (Dewi & Rahayu, 2023). Ayah adalah orang terdekat setelah ibu bagi bayi yang memiliki peran penting dalam pemberian ASI eksklusif. (Pratiwi et al., 2022). Keberhasilan pemberian ASI eksklusif membutuhkan dukungan dan pemantauan dari berbagai pihak, termasuk keluarga, terutama ayah, pemerintah, tenaga medis, serta kader posyandu yang ada di masyarakat. (Niken Fadila Putri, 2023). Peran ayah dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif masih terbatas, salah satunya karena faktor budaya yang membagi peran, di mana ayah dianggap sebagai pencari nafkah sementara urusan rumah tangga sepenuhnya menjadi tanggung jawab ibu. Dukungan dari ayah sangat membantu ibu dalam proses menyusui, karena dapat menjaga kestabilan mental ibu, mengurangi stres, dan menghindarkan dari kelelahan, sehingga ibu dapat memberikan ASI terbaik. Dukungan tersebut juga dapat meningkatkan rasa percaya diri ibu. Ibu yang percaya diri dalam menyusui akan lebih sukses dalam menjalani proses menyusui bayi. (Danefi, 2023)

Hasil pengabdian kepada masyarakat di Puskesmas Dirgahayu Kotabaru. Sebelum diberikan edukasi sebelumnya pengetahuan ayah mayoritas kurang 60%, sedangkan setelah edukasi mayoritas mempunyai pengetahuan baik 80%. Pengabdian masyarakat tentang ASI eksklusif telah memberikan dampak positif yang signifikan pada peserta pengabdian masyarakat dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif.

Salah satu hasil utama dari program ini adalah meningkatnya pemahaman para ayah mengenai pentingnya ASI eksklusif bagi bayi. Kelas ini memberikan edukasi yang mendalam mengenai manfaat ASI, baik untuk kesehatan bayi maupun ibu, serta cara ayah dapat berperan aktif dalam mendukung ibu selama masa menyusui. Ayah yang sebelumnya kurang paham kini dapat memahami betul bahwa peran mereka bukan hanya sebagai pencari nafkah, tetapi juga sebagai pendukung emosional dan fisik ibu dalam memberikan ASI. Sebelum

adanya kelas ini, banyak ayah yang merasa tidak terlibat langsung dalam proses pemberian ASI eksklusif. Melalui pelatihan dan pengenalan tentang pentingnya dukungan mereka, banyak ayah yang akhirnya berperan aktif dalam membantu ibu, seperti memberikan dukungan mental, mengerjakan tugas rumah tangga, atau menjaga bayi saat ibu menyusui. Keterlibatan ayah ini tidak hanya meringankan beban ibu, tetapi juga meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam memberikan ASI eksklusif.

Ibu yang mendapatkan dukungan dari suami cenderung memiliki tingkat yang lebih tinggi dalam memberikan ASI eksklusif dibandingkan dengan ibu yang tidak mendapat dukungan suami, meskipun secara statistik hubungan tersebut tidak signifikan. Kegiatan yang memiliki program inovasi Kelas Ibu Hamil Suami Siaga, di mana suami juga turut serta hadir dalam kelas tersebut. (Ary-HS et al., 2023)

Kelas ayah hebat juga memiliki efek jangka panjang dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya peran ayah dalam ASI eksklusif. Melalui kelas ini, banyak keluarga yang mulai membuka diri untuk mendiskusikan pentingnya pemberian ASI, bukan hanya di dalam keluarga, tetapi juga di masyarakat secara umum. Penyuluhan ini memperluas dampaknya, membuat lebih banyak orang memahami pentingnya peran ayah dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif.



Gambar 1: Kegiatan pengabmas



Gambar 2: Foto Bersama Kegiatan pengabmas

Berdiskusi dan merencanakan strategi bersama dalam kelas Ayah Hebat bertujuan untuk melibatkan suami dalam mendukung proses pemberian ASI eksklusif. Dalam sesi ini, ayah dan ibu bekerja sama untuk menyusun langkah-langkah yang akan membantu kelancaran pemberian ASI. Diskusi ini menjadi sarana bagi ayah untuk memahami lebih dalam peran mereka dalam mendukung ibu, baik dari segi emosional maupun praktis. Selain itu, berbagi pengalaman dan tantangan yang dihadapi oleh pasangan lain juga sangat penting. Setiap keluarga mungkin menghadapi kendala yang berbeda, seperti masalah produksi ASI, kesulitan dalam menjaga konsistensi pemberian ASI, atau tantangan terkait waktu dan pekerjaan. Dengan berbagi pengalaman, ayah dan ibu bisa saling memberikan solusi, tips, atau dukungan moral yang dapat membantu mengatasi kesulitan tersebut. Dengan merencanakan strategi secara bersama-sama, serta menyelesaikan tantangan yang dihadapi, diharapkan proses pemberian ASI dapat berjalan lancar dan memberikan manfaat maksimal bagi kesehatan bayi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat dapat disimpulkan bahwa Program Kelas Ayah Hebat yang dilaksanakan sebagai bagian dari pengabdian masyarakat telah menunjukkan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan capaian ASI eksklusif. Kelas ini berhasil meningkatkan pengetahuan para ayah mengenai pentingnya ASI eksklusif dan peran mereka dalam mendukung proses menyusui. Melalui keterlibatan aktif ayah, ibu merasa lebih didukung secara emosional dan fisik, yang membantu mengurangi stres dan kelelahan, serta meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam menyusui. Program pengabmas ini juga berkontribusi pada penyuluhan yang lebih luas tentang pentingnya dukungan ayah dalam pemberian ASI eksklusif di masyarakat.

SARAN

1. Untuk memaksimalkan keberhasilan program, perlu adanya kerjasama yang lebih erat antara penyelenggara kelas ayah hebat dengan puskesmas, rumah sakit, dan tenaga kesehatan lainnya. Dengan dukungan medis yang lebih kuat program ini akan semakin efektif dalam meningkatkan capaian ASI eksklusif.
2. Agar program tetap relevan dan efektif perlu untuk melakukan pemantauan dan evaluasi secara berkala. Hal ini akan membantu mengetahui sejauh mana dampak program terhadap pemberian ASI eksklusif.
3. Untuk meningkatkan keberhasilan kelas ayah hebat perlu ada dukungan lebih dari berbagai pihak, seperti kader posyandu, tokoh masyarakat, dan organisasi lokal. Dengan melibatkan komunitas secara lebih luas program ini akan lebih mudah diterima dan diimplementasikan di lapangan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pengusul pengabmas mengucapkan terimakasih kepada PUS di Puskesmas Dirgahayu Kotabaru yang telah menjadi peserta dalam melaksanakan Program Pengabdian Masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

Ary-HS, A. A., Yanti, & Sulistiani, A. (2023). Hubungan kelas ibu hamil "suami siaga" dengan keberhasilan asi eksklusif di desa karangudi. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4, 5919–5927.

- Danefi, T. (2023). Kelas Bapak Peduli ASI Eksklusif Sebagai Upaya Pencegahan Ary-HS, A. A., Yanti, & Sulistiani, A. (2023). Hubungan kelas ibu hamil "suami siaga" dengan keberhasilan asi eksklusif di desa karangudi. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4, 5919–5927.
- Danefi, T. (2023). Kelas Bapak Peduli ASI Eksklusif Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2021. *Jurnal Pelayanan Dan Pengabdian Masyarakat (Pamas)*, 7(2), 185–193. <https://doi.org/10.52643/pamas.v7i2.1956>
- Dewi, T., & Rahayu, M. (2023). Pengetahuan dan Sikap Suami Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Cut Nyak Dhien*. 1(1), 01(01), 50–61. <https://journal.uscnd.ac.id/index.php/jkk/article/view/52/38>
- Ekawati, S., Parlindungan, D. R., & Morita, K. (2015). Kampanye Program Pemberian Asi Eksklusif: Studi Deskriptif Implementasi Program Peningkatan Pemberian ASI Eksklusif di Kota Administrasi Jakarta Utara. *KALBISOCIO Jurnal Bisnis Dan Komunikasi*, 2, 1–10. <http://ojs.kalbis.ac.id/index.php/kalbisocio/article/view/161/100>
- Evitaloka, K., Widyawati, M.N., Latifah, L. and Rumah, P.P., 2022. *Ayah Peduli ASI*. Penerbit Pustaka Rumah C1nta.
- Januarti Lf, Hidayathillah Ap. Parenting Culture On The Role Of Father In Prevention Of Stunting In Toddler. *Babali Nurs Res*. 2020;1(2). Doi:10.37363/Bnr.2020.1211
- Kemendes Ri. Buletin Stunting. Kementerian Kesehat Ri. 2018;301(5):1163-1178.
- Najahah, I., Saudia, B.E.P. and Wulandari, R.A., 2023. *Kelas ASI Eksklusif untuk Kader*. Penerbit NEM.
- Niken Fadila Putri. (2023). Analisis Program Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Kota Pekanbaru Tahun 2022. *JAKIA : Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak*, 1(1), 39–50. <https://doi.org/10.62527/jakia.1.1.11>
- Pratiwi, B. A., Oktarianita, O., & Sartika, A. (2022). Peningkatan Pemahaman Ayah tentang Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif sebagai Upaya Peningkatan Kepedulian Ayah terhadap ASI Eksklusif di Brimobda Bengkulu. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 85–92. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i1.641>