

**IMPLEMENTASI HEALTH EDUCATION TENTANG ASI EKSKLUSIF PADA IBU HAMIL TRIMESTER 3  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PAMPANG KOTA MAKASSAR**

Health Education about Exclusive Breastfeeding for Pregnant Women in the 3rd Trimester at Pampang Community Health Center Work Area, Makassar.

**Nurul Hikmah Sultan**

Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar

E-Mail : [hikmanurul0311@gmail.com](mailto:hikmanurul0311@gmail.com)

**ABSTRACT**

Exclusive breastfeeding is the provision of breast milk for 6 months without additional fluids, such as formula milk and without solid foods such as bananas, milk porridge, biscuits, and rice except for vitamins, minerals and medicinal syrups. The balance of nutrients in breast milk is at its best and breast milk is also highly rich in nutrients that accelerate the growth of brain cells and the development of the nervous system. In addition to helping to improve the baby's immune system and the emotional bond that is formed between mother and baby during the breastfeeding process has a very good effect on the baby's intelligence. This study was conducted with the aim of finding out the results of health education about exclusive breastfeeding in pregnant women in the third trimester. This type of research is a case study research with a single case study research method with a qualitative approach and is descriptive. In this study, samples were taken from pregnant women in the third trimester. In this study, leaflet media were used that displayed the benefits of breast milk for babies and the benefits of breast milk for mothers with the aim that mothers are able to provide exclusive breast milk completely to their babies. In this study, direct data was collected from respondents of pregnant women in the third trimester with a total of 3 subjects by conducting observations and interviews with a duration of 15 minutes for each respondent and conducted in just 1 meeting. The researcher can conclude based on the research results that Health Education provided through interviews and leaflet media is very influential and after health education is provided, the influence of leaflet media related to exclusive breastfeeding on changes in knowledge of pregnant women in the third trimester is proven.

**Keywords:** 3rd trimester pregnant women, exclusive breastfeeding, Health Education

**ABSTRAK**

ASI Eksklusif merupakan pemberian ASI selama 6 bulan tanpa tambahan cairan lain, seperti susu formula, serta tanpa makanan padat seperti pisang, bubur susu biskuit, dan nasi kecuali vitamin, mineral dan sirup obat. Keseimbangan zat-zat gizi dalam air susu ibu berada pada tingkat terbaik dan ASI juga sangat kaya akan sari-sari makanan yang mempercepat pertumbuhan sel-sel otak dan perkembangan sistem saraf, selain itu membantu meningkatkan sistem kekebalan bayi serta ikatan emosional yang terjalin antara ibu dan bayi selama proses menyusui sangat berpengaruh baik terhadap kecerdasan bayi. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hasil dari health education tentang asi eksklusif pada ibu hamil trimester 3. Jenis penelitian ini adalah penelitian studi kasus dengan metode penelitian studi kasus tunggal dengan pendekatan kualitatif dan bersifat deskriptif. Dalam penelitian ini mengambil sampel ibu hamil trimester 3. Dalam penelitian ini digunakan media leaflet yang menampilkan manfaat asi untuk bayi dan manfaat asi untuk ibu dengan tujuan agar ibu mampu dalam memberikan asi eksklusif sepenuhnya pada bayi mereka. Dalam penelitian ini mengumpulkan data langsung dari responden ibu hamil trimester 3 dengan jumlah subjek 3 orang dengan cara melakukan observasi dan wawancara dilakukan dengan durasi 15 menit tiap responden dan dilakukan dalam 1 kali pertemuan saja. Peneliti dapat menyimpulkan berdasarkan hasil penelitian bahwa Pendidikan Kesehatan yang diberikan melalui wawancara dan media leaflet sangat berpengaruh dan setelah diberikan health education maka terbukti pengaruh media leaflet terkait asi eksklusif terhadap perubahan pengetahuan ibu hamil trimester 3.

Kata kunci : Ibu hamil trimester 3, ASI eksklusif, Health Education

## PENDAHULUAN

*Health education* adalah informasi yang dipahami atau disadari oleh manusia yang bisa di temukan dari membaca buku, mendengarkan dan menonton. Adanya pengetahuan yang baik dapat memudahkan manusia dalam melakukan berbagai hal lainnya, Pengetahuan tentang ASI dapat dipengaruhi oleh persepsi ibu dalam memberi ASI kepada bayinya. Pengetahuan tentang ASI mempengaruhi pertumbuhan bayi. Pemberian ASI eksklusif adalah dengan memberi air susu ibu secara eksklusif tidak diperlukan makanan ataupun suplemen yang lain yang dimulai sejak bayi pertama lahir dan berlanjut hingga anak berusia sekitar enam bulan (Latifah et al., 2020)

*World Health Organization* ( WHO ) mengumpulkan data pada tahun 2020 dan menemukan bahwa hanya 44% orang di seluruh dunia mengonsumsi ASI eksklusif. ini masih jauh dari target capaian WHO yaitu minimal 50% usia bayi 0-6 bulan. Menurut Kementerian Kesehatan (2021), presentasi pemberian ASI eksklusif bagi bayi usia 0-6 bulan sekitar 71,58% dan pada tahun 2020 sekitar 69,62% angka ini menunjukkan bahwa terjadinya peningkatan dari tahun sebelumnya tapi masih belum memenuhi target yang ditetapkan Renstra pada tahun 2020 yaitu sebesar 80%, Pencegahan kematian bayi dengan pemberian makanan yang tepat yaitu pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan kehidupan (WHO, 2020).

Di Indonesia, terdapat data mengenai ibu hamil yang memberikan ASI eksklusif pada bayi mereka. Menunjukkan bahwa sekitar 302.746 atau sekitar 66% bayi yang menerima ASI eksklusif sampai enam bulan pertama kehidupannya (Kemenkes RI, 2022). Di Indonesia ditemukan bahwa sekitar 48,6% tingkat pemberian ASI eksklusif mengalami penurunan akibat kurangnya pendidikan kesehatan pada ibu hamil mengenai ASI eksklusif (Kinanti, 2023).

Selain itu, Kota Makassar merupakan salah satu wilayah dengan jumlah wanita pekerja lebih banyak dibandingkan daerah lain di Sulawesi selatan yaitu sebesar 35,245. Walaupun berdasarkan data cakupan ASI eksklusif per kota Makassar hampir mencapai target, namun terdapat beberapa puskesmas juga yang masih tertinggal jauh terkait cakupan pemberian ASI eksklusif (Theresya, 2023).

Peneliti Idawati (2021) menunjukkan bahwa pengetahuan seorang ibu memengaruhi pendidikan, yang kemudian memengaruhi sikap dan perilaku, terutama dalam hal memberikan ASI eksklusif kepada anaknya, ibu tidak menghargai ASI eksklusif karena kurangnya pengetahuan mengenai ASI eksklusif. Oleh karena itu Untuk memperluas

pengetahuan ibu mengenai pemberian ASI eksklusif maka dari itu perlunya memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu hamil tentang ASI eksklusif agar ibu dapat mengetahui sangat pentingnya ASI eksklusif dan dapat mendorong ibu untuk memberikan ASI eksklusif sepenuhnya kepada bayi mereka (Widiyawati dkk, 2021).

Oleh karena itu , penulis ingin melakukan penelitian tentang bagaimana implementasi *Health education* dapat diterapkan pada ibu hamil trimester 3 yang menerima ASI eksklusif.

## METODE

Penelitian ini merupakan studi kasus dengan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Dalam penelitian ini menggunakan sampel ibu hamil trimester 3 di wilayah kerja puskesmas Pampang kota Makassar. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan melakukan wawancara dan observasi.

Waktu penelitian ini berlangsung pada tanggal 5 Juli 2024 di wilayah kerja Puskesmas Pampang Kota Makassar yang dilakukan dengan durasi 15 menit dengan 1 kali pertemuan pada tiap responden.

Dalam pengumpulan data, dilakukan dengan metode wawancara mendalam. Wawancara dilakukan dengan door to door yaitu mendatangi langsung rumah calon informan, sebelum diwawancarai informan diberikan informed consent dan menandatangani lembar persetujuan jika bersedia menjadi informan lalu peneliti melakukan wawancara dan percakapan direkam oleh alat perekam.

dan dokumentasi hasil dari implementasi *health education* tentang asi eksklusif pada ibu hamil trimester 3 di wilayah kerja Puskemas Pampang Kota Makassar.

## HASIL

1. Pengetahuan Tentang ASI Eksklusif Sebelum *Health Education* Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan pada informan didapatkan ibu hamil trimester 3 yang sebelumnya dilakukan *health education*, bahwa ada 2 informan yang belum mengetahui tentang apa itu ASI Eksklusif seperti manfaat ASI Eksklusif bagi bayi dan manfaat ASI Eksklusif bagi ibu. Hal ini sesuai dengan pernyataan oleh informan dibawah ini :

Pertama kalinya ada yang datang ke rumah untuk memberikan pendidikan kesehatan tentang asi eksklusif, bidan yang jarang melakukan kunjungan ke rumah ibu hamil untuk memberikan pendidikan kesehatan, anak pertama nya hanya diberikan asi sampai dua

minggu karena asi nya kurang lancar dan setelah itu hanya memberikan anaknya susu formula hingga sekarang. ( Inf 1 )

Iya, saya tidak mengerti tentang asi eksklusif karena saya hanya tamatan sekolah dasar jadi pengetahuan saya kurang, hanya sibuk mengurus anak sampai tidak ada waktu untuk mencari tau tentang asi eksklusif. ( Inf 2 )

Saya biasa nonton informasi tentang asi eksklusif di youtube atau social media , dokter juga biasa memberikan informasi tentang asi eksklusif , saya hanya mencari tau sendiri jika ada waktu luang. (Inf 3)

2. Hasil Wawancara Terhadap Responden Setelah Dilakukan Health Education Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap penelitian tentang implementasi health education tentang asi eksklusif pada ibu hamil trimester 3, maka hasil analisis penelitian sebagai berikut :

a. Apakah anda sudah pernah menerima health education tentang ASI eksklusif, jika sudah coba jelaskan yang anda pahami

Berdasarkan hasil wawancara pada semua informan didapatkan ibu hamil trimester 3 setelah diberikan health education bahwa sebelumnya tidak pernah menerima health education atau kunjungan rumah untuk diberikan health education tentang asi eksklusif.

b. Sampai saat ini apa yang anda ketahui tentang ASI eksklusif

Berdasarkan hasil wawancara pada semua informan setelah dilakukan pemberian health education bahwa didapatkan semua ibu hamil trimester 3 sudah mengetahui tentang asi eksklusif.

c. Bagaimana pemahaman anda dengan diberikannya health education

Berdasarkan hasil wawancara pada semua informan setelah dilakukan pemberian health education bahwa didapatkan semua ibu hamil trimester 3 dapat menjelaskan pemahamannya dengan diberikannya health education ini. Hal ini sesuai dengan pernyataan oleh informan di bawah ini :

Menurut saya ini sangat bermanfaat dan ibu hamil yang lain belum tentu pernah diberikan pendidikan kesehatan apalagi adanya leaflet yang diberikan agar mudah dipahami lebih jelas juga. ( Inf 1 )

... Pemahaman saya jika kita tidak pernah diberikan pendidikan kesehatan kita sendiri yang akan rugi karena sebagai ibu hamil minimal ada yang diketahui sedikit ilmu yang telah disampaikan terutama asi eksklusif yang

pentng sekali. ( Inf 2 )

Iya , pemahaman saya dengan diberikannya pendidikan kesehatan ini sangat bagus sekali karena ini agar kita dapat meningkatkan pengetahuan kita sebagai seorang ibu ya, jadi memperoleh pengetahuan dan paham bahwa sangat pentingnya asi eksklusif untuk diri kita sendiri dan orang lain juga. ( Inf 3 )

d. Apakah ibu memberi ASI eksklusif kepada anak ibu sejak anak pertama

Berdasarkan hasil wawancara pada semua informan didapatkan bahwa semua informan memberikan ASI eksklusif sejak anak pertama.

e. Setelah Diberikan Health Education Tentang ASI Eksklusif Apakah Nanti Mampu Menerapkannya pada kehidupan sehari-hari ?

Berdasarkan hasil wawancara pada semua informan didapatkan bahwa semua informan Mampu menerapkannya di kehidupan sehari-hari.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini bahwa health education tentang asi eksklusif pada ibu hamil trimester 3 pada semua informan dengan masalah ketidaktahuan atau kurangnya informasi terkait asi eksklusif yang sebelumnya ada yang tidak tahu dengan asi eksklusif. Terbukti bahwa setelah diberikan leaflet dan dijelaskan secara mendalam maka pengetahuan ibu hamil trimester 3 dapat meningkat.

Semua informan yang telah diobservasi setelah pemberian health education tentang asi eksklusif bahwa semua informan menunjukkan sikap terbuka pada saat dilakukan wawancara dan semua responden antusias menjawab pertanyaan pada saat ditanya. Responden fokus pada saat dilakukan penjelasan mengenai health education serta mampu menjelaskan tentang apa itu asi eksklusif.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Erma Retnaningtyas (2021) bahwa sebelum pemberian pendidikan kesehatan ASI Eksklusif diketahui sebagian responden dalam kategori kurang adalah sebanyak 18 ( 60%) responden. Hal ini menunjukkan bahwa rendahnya pemberian ASI Eksklusif oleh ibu dapat disebabkan oleh banyak faktor seperti pengetahuan dan sikap ibu, dukungan keluarga, maupun petugas kesehatan setempat, ataupun juga faktor keterbatasan ekonomi. Ibu hamil yang yang mendapatkan pendidikan kesehatan seperti media leaflet akan lebih cepat mendapatkan perubahan perilaku dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak mendapatkan pendidikan kesehatan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Alfiyani, Fitri & Sari (2022) bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang ASI eksklusif dalam kategori kurang yaitu subyek 1 mampu menjawab 15

pertanyaan dari 30 soal yang diberikan (50%). Sedangkan subyek 2 mampu menjawab 16 dari 30 soal yang diberikan (53,3%) dengan benar. Hal ini karena masih rendahnya pemahaman ibu, keluarga dan masyarakat tentang ASI. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan, tingkat pengetahuan kedua subyek mengalami peningkatan dalam kategori pengetahuan baik dimana subyek 1 mampu menjawab 25 soal dari 30 soal yang diberikan (83,3%). Sedangkan subyek 2 mampu menjawab 26 soal dari 30 soal yang diberikan dengan benar (86,6%).

Sejalan dengan penelitian Idris, Fairus & Reski (2020) menyatakan bahwa pendidikan kesehatan sangat berpengaruh terhadap pengetahuan, dimana dengan Pendidikan Kesehatan dapat terjadi perubahan pengetahuan seperti yang diharapkan dari yang tidak tahu menjadi tahu. Salah satu media pendidikan yang digunakan adalah media leaflet. Leaflet digunakan sebagai media di dalam pelaksanaan pendidikan kesehatan diantaranya dapat mempermudah penyampaian informasi, dapat menghindari kesalahan persepsi dan memperlancar komunikasi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan secara maksimal. Pemberian informasi dalam bentuk leaflet ternyata mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang ASI Eksklusif. Didukung oleh penelitian Erna, Akhmad & Gunandar bahwa ada perbedaan pengetahuan responden yaitu terjadi peningkatan pengetahuan responden antara sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan tentang ASI eksklusif dengan media leaflet. Penggunaan leaflet tidak hanya digunakan pada saat menerima penyuluhan saja, tetapi masyarakat akan bisa membaca lagi pesan-pesan yang ada didalam leaflet setiap saat sehingga masyarakat tidak tergantung sumber informasi lagi untuk meningkatkan informasi yang mungkin terlupa.

Sejalan dengan penelitian bahwa pendidikan kesehatan kepada ibu hamil trimester 3 sangat diperlukan, melalui pendidikan kesehatan ibu hamil akan mengetahui informasi mengenai ASI Eksklusif. Pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu pendidikan, pekerjaan, umur, minat, pengalaman, kebudayaan lingkungan sekitar dan sumber informasi. Sumber informasi menjadi faktor yang dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan yang baru. Setelah diberikan pendidikan kesehatan, sebagian besar responden akan mengalami peningkatan pengetahuan, keuntungan dari media leaflet ini adalah dapat disimpan dalam waktu yang lama, isi pesan dapat bersifat pribadi, isi pesan juga dapat sebagai bahan diskusi dan dapat dicetak kembali, serta dapat

membantu media lain (Herlinadiyaningsih, 2021)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Indira Aura (2023) menunjukkan bahwa leaflet terbukti efektif dengan adanya peningkatan nilai pengetahuan responden dari pertanyaan yang diberikan, dengan hasil yang menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna. Leaflet merupakan media promosi kesehatan yang ditujukan untuk memberikan informasi kesehatan yang sesuai dengan tingkat penerimaan sasaran sehingga sasaran mau dan mampu mengubah perilaku sesuai dengan isi leaflet, termasuk mengenai pemberian ASI eksklusif.

Hasil penelitian menyatakan dengan adanya pemberian health education tentang ASI Eksklusif terdapat adanya perubahan hasil tersebut bahwa dengan media leaflet dapat mempengaruhi pengetahuan responden. Proses pendidikan kesehatan dengan penggunaan media leaflet merupakan alternatif pembelajaran untuk memenuhi kebutuhan ibu hamil terutama pada yang sudah memasuki trimester 3, sehingga dapat mengoptimalkan kemampuan dan penalarannya dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil trimester 3 tentang ASI eksklusif.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang implementasi health education tentang ASI eksklusif pada ibu hamil trimester 3 di wilayah kerja Puskesmas Pampang, maka peneliti menarik kesimpulan yaitu Health education tentang ASI eksklusif yang diberikan melalui wawancara dan media leaflet sangat berpengaruh terhadap ketiga responden dan setelah diberikan health education maka terbukti terjadi peningkatan pengetahuan ASI eksklusif terhadap perubahan ibu hamil trimester 3

## SARAN

1. Bagi Responden  
Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan kepada para ibu hamil trimester 3 bahwa pentingnya diberikan Health Education sebelum masa persalinan.
2. Bagi Tempat Penelitian  
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan tentang pentingnya mengenai ASI eksklusif terhadap ibu hamil
3. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan atau informasi

- tentang pentingnya ASI eksklusif terhadap ibu hamil
4. Bagi Institusi  
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi di perpustakaan dalam mengenai pentingnya ASI eksklusif pada ibu hamil trimester 3.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak Puskesmas Pampang yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian dan memberikan banyak dukungan dan motivasi agar penelitian ini bisa jadi bermanfaat bagi masyarakat khususnya ibu hamil trimester 1 sampai trimester 3 agar menerapkan asi eksklusif itu penting di kehidupan sehari-hari.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Alfiyani, R. (2023). penerapan pendidikan kesehatan tentang asi eksklusif untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendekia Muda*, 3(3), 457–465.
- Anandita, M. Y. R. (2020). Penyuluhan Kesehatan Melalui Telemedia Pada Ibu Hamil tentang Mempersiapkan Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bakti Parahita (P-ISSN-2747-2094; E-ISSN 2963-637X)*, 1(01).
- Arfia, A., Astuti, D. P., Pembayun, E. L., & Ariani, L. E. (2023). Pengaruh Penggunaan Media Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ketidaknyamanan Trimester Iii Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Tpm Ismi Santi, S. St Depok Tahun 2023. *Jurnal Bidan Srikandi*, 1(1). <https://doi.org/10.35760/jbs.2023.v1i1.10109>
- Aswan, Y. (2021). ASI Eksklusif Pendidikan Kesehatan Tentang Pemahaman Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Hamil dan Ibu Menyusui Di Posyandu Desa Aek Lubuk Dan Huta Tonga Kecamatan Angkola Barat Kabupaten Tapanuli Selatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 3(1), 111-114.
- Eni Rumiati, E. N. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Audio Visual Terhadap Pengetahuan Dan Motivasi Ibu Menyusui Secara Eksklusif Di Puskesmas Gambirsari Surakarta. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan*, 19-24.
- Fifi ishak, D. K. (2022). Pengaruh audio visual terhadap pengetahuan ibu hamil tentang ASI eksklusif di puskesmas telaga kabupaten gorontalo. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2.
- Harwati, R. (2020). Hubungan Tingkat Pendidikan dengan Pengetahuan ASI Eksklusif pada Ibu Hamil di Puskesmas Wonogiri II. *Jurnal Kebidanan*, 186-193.
- Herlinadiyaningsih, H. (2021). Perbedaan Media Leaflet Dan Video Terhadap Pengetahuan Ibu Menyusui. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(2), 59–66. <https://doi.org/10.36419/jki.v12i2.496>
- Idris, F. P., & Elvinasari, R. (2020). Pengaruh Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu tentang ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Tinggimoncong Kabupaten Gowa. *Sinergitas Multidisiplin Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi*, 3(1), 88–93. <https://jurnal.yapri.ac.id/>
- Juhrotun, N., Umi, B., & Desy, F. (2022). Peningkatan pemberian ASI eksklusif melalui pendidikan kesehatan tentang kecukupan ASI. *Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 6(3), 741-748.
- Kasmawati, K., Longgupa, L. W., Ramadhan, K., Nurfatimah, N., & Sitorus, S. B. M. (2021). Pendidikan Kesehatan untuk Meningkatkan Cakupan Pemberian ASI Eksklusif di Desa Patirobajo Kabupaten Poso. *Community Empowerment*, 6(4), 666-669.
- Kusuma Wati, S. . (2021). Pengaruh Faktor Ibu (Pengetahuan ibu, Pemberian ASI- Eksklusif & MP-ASI) Terhadap Kejadian Stunting Pada Anak. 3.
- Latifah, A. M. I., Purwanti, L. E., & Sukanto, F. I. (2020). Hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita 1-5 tahun. *Health Sciences Journal*, 4(1), 142.
- Theresya, P. (2023). hubungan beban kerja mental dengan pemberian asi eksklusif . (*Dinkes Provinsi Sulsel 2021*)., 17.
- Tutik Hjifah, T. K. (2022). penerapan pendidikan kesehatan tentang asi eksklusif untuk meningkatkan pengetahuan ibu menyusui di puskesmas purwosari. *Jurnal Cendekia Muda Volume 2, Nomor 3*, 2-3.

