

PERAN DUKUNGAN KELUARGA DALAM MENINGKATKAN KEBERHASILAN MENYUSUI MELALUI PENDEKATAN BERBASIS KOMUNITAS

Etika Khoiriyah¹, Ani Mulyandari²

Akademi Kebidanan Anugerah Bintang^{1,2}

Email : etika2811@gmail.com

ABSTRAK

Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi merupakan fondasi penting bagi kesehatan dan tumbuh kembang anak. Namun, keberhasilan menyusui tidak hanya bergantung pada ibu, melainkan juga dipengaruhi oleh dukungan dari lingkungan terdekat, terutama keluarga. Dukungan keluarga menjadi langkah peningkatan meningkatkan angka ASI Eksklusif. Keterlibatan keluarga tidak hanya meningkatkan motivasi ibu, tetapi juga mengurangi resiko penghentian dini ASI Eksklusif. Melalui pemberian edukasi dan pendampingan terstruktur, kegiatan pengabdian ini dapat berkontribusi terhadap peningkatan kontribusi keluarga yang mendukung pemberian ASI. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan keberhasilan menyusui melalui pendekatan edukatif berbasis komunitas yang melibatkan suami, ibu, ibu mertua, dan anggota keluarga lainnya. Metode pelaksanaan kegiatan ini meliputi pemberian edukasi interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi dukungan emosional dan praktis. Kegiatan ini dilakukan di Posyandu Mekar Jaya pada tanggal 16 Oktober 2024 terhadap 19 responden. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman keluarga tentang pentingnya ASI dimana dari tingkat pengetahuan baik sebesar 15,79% menjadi 78,95%. Selain peningkatan pengetahuan, juga menunjukkan perubahan sikap dan perilaku sehari-hari dalam memberikan dukungan kepada ibu menyusui. Intervensi berbasis keluarga terbukti efektif dalam menciptakan lingkungan yang suportif dan berkelanjutan bagi praktik menyusui. Diharapkan model pendekatan ini dapat diadopsi secara luas untuk memperkuat program pemberian ASI di tingkat komunitas.

Kata Kunci: dukungan keluarga, menyusui, pendekatan komunitas

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding during the first six months of a baby's life is a crucial foundation for the child's health and development. However, the success of breastfeeding does not depend solely on the mother but is also influenced by support from the immediate environment, especially the family. Family support is a key factor in increasing exclusive breastfeeding rates. Family involvement not only boosts the mother's motivation but also reduces the risk of early cessation of exclusive breastfeeding. Through structured education and guidance, this community service activity can contribute to enhancing the role of families in supporting breastfeeding. The aim of this community service is to improve breastfeeding success through a community-based educational approach involving husbands, mothers, mothers-in-law, and other family members. The methods used include interactive education, group discussions, and simulations of emotional and practical support. This activity was conducted at Posyandu Mekar Jaya on October 16, 2024, with 19 respondents. The results showed an increase in family understanding of the importance of breastfeeding, with the percentage of good knowledge rising from 15.79% to 78.95%. In addition to improved knowledge,

there were positive changes in attitudes and daily behaviors in supporting breastfeeding mothers. Family-based interventions proved effective in creating a supportive and sustainable environment for breastfeeding practices.

Keywords: *family support, breastfeeding, community-based approach*

PENDAHULUAN

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif tidak hanya ditentukan oleh niat dan kemampuan ibu, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh dukungan dari lingkungan terdekat, terutama keluarga. Keluarga, khususnya suami dan ibu/ibu mertua, memiliki peran penting dalam menciptakan suasana yang mendukung dan memotivasi ibu untuk menyusui secara optimal. Penelitian menunjukkan bahwa ibu yang mendapat dukungan emosional dan praktis dari keluarga cenderung lebih berhasil dalam menyusui secara eksklusif dibandingkan ibu yang tidak mendapat dukungan serupa (Susanto et al., 2020). Dalam pendekatan berbasis komunitas, pelibatan keluarga dalam program edukasi menyusui terbukti mampu meningkatkan kesadaran kolektif dan memperkuat jejaring dukungan laktasi di tingkat rumah tangga dan masyarakat (Kemenkes RI, 2021). Oleh karena itu, strategi pemberdayaan keluarga melalui edukasi menyusui berbasis komunitas menjadi langkah penting dalam meningkatkan cakupan ASI eksklusif di Indonesia. Pemerintah telah menetapkan target

cakupan ASI Eksklusif di Indonesia tahun 2024 sebesar 80%. Namun data SSGI tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi ASI Eksklusif sebesar 68,6%. Masih terdapat selisih antara target dan pencapaian, sehingga perlu adanya upaya peningkatan dukungan bagi ibu menyusui melalui berbagai program. Peningkatan cakupan ASI dapat berdampak pada kesehatan dan gizi bayi.

Studi terbaru oleh Chen et al. (2023) menegaskan bahwa keterlibatan suami dalam program laktasi tidak hanya meningkatkan motivasi ibu, tetapi juga mengurangi risiko penghentian dini ASI eksklusif. Selain itu, riset oleh Guta et al. (2022) menunjukkan bahwa intervensi komunitas yang menargetkan seluruh rumah tangga, bukan hanya ibu, lebih efektif dalam menciptakan lingkungan pendukung menyusui.

Upaya peningkatan keberhasilan menyusui melalui pendekatan pemberdayaan keluarga berbasis komunitas, yang masih jarang diterapkan secara sistematis di tingkat pelayanan primer. Dengan melibatkan keluarga, khususnya suami dan anggota

keluarga lainnya, kegiatan ini mampu membentuk pola pikir kolektif tentang pentingnya dukungan terhadap ibu menyusui, baik dari sisi emosional, praktis, maupun informasi. Selain itu, intervensi ini juga memperkuat peran komunitas sebagai lingkungan sosial yang mendukung keberlangsungan praktik menyusui, sejalan dengan target nasional peningkatan cakupan ASI eksklusif. Melalui edukasi dan pendampingan yang terstruktur, kegiatan ini berkontribusi terhadap peningkatan kapasitas keluarga dan masyarakat dalam menciptakan ekosistem yang ramah ASI. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif melalui penguatan peran keluarga dengan pendekatan edukatif berbasis komunitas.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Rabu, Tanggal 16 Oktober 2024 bertempat di Posyandu Mekar Jaya, Kelurahan Batu IX, Kecamatan Tanjungpinang Timur, Kota Tanjungpinang melalui beberapa tahapan sistematis yang melibatkan ibu menyusui dan keluarga, dengan pendekatan edukatif dan partisipatif berbasis komunitas.

Adapun tahapan pelaksanaannya sebagai berikut:

1. Persiapan dan koordinasi dengan kader posyandu untuk perizinan melakukan kegiatan dan menjelaskan maksud dan tujuan kegiatan. Menyusun materi dan melakukan identifikasi sasaran yaitu ibu menyusui dan keluarga terdekat
2. Pelaksanaan edukasi dan penyuluhan dilakukan dengan ceramah menggunakan media power point. Kegiatan dilakukan mengikuti jadwal posyandu dengan memberikan materi terkait dilengkapi dengan simulasi tentang menyusui.
3. Melakukan monitoring dan evaluasi dengan memberikan pre-test dan post test, melakukan diskusi, dan pengamatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat peran dukungan keluarga dalam meningkatkan keberhasilan menyusui melalui pendekatan berbasis komunitas telah dilaksanakan di posyandu mekar jaya pada hari Rabu tanggal 16 Oktober 2024. Kegiatan ini disesuaikan dengan kegiatan posyandu rutin bulanan. Kegiatan dapat terlaksana karena adanya kerjasama dengan kader posyandu dan ibu menyusui.



Gambar 1. Koordinasi dengan kader

Kegiatan ini diikuti oleh 19 ibu menyusui didampingi dengan keluarga terdekat. Kegiatan ini dilaksanakan setelah ibu mendapat pelayanan posyandu dengan memberikan pre test, kemudian materi diberikan yang mencakup pentingnya ASI dan ASI Eksklusif, manfaat dukungan keluarga, cara memberikan dukungan emosional dan praktis, serta peran suami dan ibu mertua dalam mendukung keberhasilan menyusui. Selain materi diberikan juga simulasi posisi menyusui dan teknik perah ASI. Kegiatan ini diakhiri dengan tanya jawab dan pengisian pre test.



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan antusias masyarakat dalam kegiatan ini dibuktikan dengan perhatian dan banyaknya tanya jawab seputar materi yang diberikan. Kegiatan ini juga menunjukkan bahwa keterlibatan keluarga, berperan besar dalam meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Tabel 1. Hasil Pre Test dan Post Tes Peran Keluarga Dalam Meningkatkan Keberhasilan Menyusui Melalui Pendekatan Berbasis Komunitas

Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	n	%	n	%
Baik	3	15,79	15	78,95
Cukup	9	47,37	3	15,79
Kurang	7	36,84	1	5,26
Total	19	100,00	19	100,00

Berdasarkan data pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan keluarga mengenai pentingnya ASI, teknik menyusui yang benar, serta bentuk dukungan yang dapat diberikan yaitu dari tingkat pengetahuan baik sebesar 15,79% menjadi 78,95%. Temuan ini sejalan dengan studi Chen et al. (2023), yang menyatakan bahwa pelibatan aktif keluarga dalam edukasi menyusui secara signifikan meningkatkan tingkat keberhasilan menyusui, khususnya dalam mempertahankan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama. Praktik pemberian ASI eksklusif telah

memberikan dampak positif bagi ibu dan bayinya. Dampak pada bayi antara lain adalah meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan IQ, SQ, EQ anak, memaksimalkan perkembangan motorik anak baik motorik halus maupun kasar. Sedangkan dampak positif pada ibu antara lain menstabilkan proses involusi uterus (Hazir et al., 2012 dalam Khoiriyah dan Safitri, 2020). Hal ini membuktikan bahwa edukasi berbasis keluarga mampu meningkatkan kesadaran dan tanggung jawab dalam mendukung ibu menyusui.

Selain peningkatan pengetahuan, intervensi juga menunjukkan perubahan perilaku yang positif dalam praktik sehari-hari. Berdasarkan hasil wawancara dan kunjungan rumah yang dilakukan sebanyak 72% keluarga bersedia membantu ibu menyusui, seperti memberikan waktu istirahat yang cukup, memberikan waktu untuk menyusui dan memerah ASI, menyiapkan makanan bergizi, dan memberikan semangat emosional. Dukungan ini terbukti dapat meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam menyusui dan menurunkan risiko stres laktasi. Guta et al. (2022) dalam kajiannya mengungkapkan bahwa dukungan emosional dan praktis dari keluarga berperan besar

dalam mengurangi kejadian penghentian dini ASI dan meningkatkan keberlangsungan menyusui. Temuan ini memperkuat bahwa peran keluarga bukan hanya sebagai pengamat, tetapi sebagai aktor utama dalam menciptakan lingkungan menyusui yang suportif.



Gambar 3. Kunjungan rumah

Dari sisi komunitas, pendekatan berbasis keluarga juga menciptakan efek sosial yang positif melalui pembentukan kelompok pendukung ASI dan diskusi lintas keluarga. Keterlibatan bersama antaranggota masyarakat membentuk norma sosial baru yang mendukung praktik menyusui. Lingkungan sosial yang kondusif memperkuat keberhasilan intervensi dan memberi pengaruh jangka panjang terhadap perilaku menyusui. Hal ini sejalan dengan konsep WHO (2021) mengenai

pentingnya intervensi komunitas dalam menciptakan ekosistem yang mendukung pemberian ASI eksklusif. Dengan demikian, kegiatan ini berkontribusi tidak hanya dalam aspek edukatif, tetapi juga membangun jejaring sosial berbasis keluarga yang mendukung keberhasilan menyusui secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga, terutama dari suami dan ibu/ibu mertua, memiliki peran krusial dalam meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Pendekatan berbasis komunitas yang melibatkan edukasi langsung kepada keluarga terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, mengubah perilaku, serta menciptakan lingkungan sosial yang mendukung praktik menyusui. Intervensi ini tidak hanya memperkuat kesiapan ibu dalam menyusui, tetapi juga membentuk kesadaran kolektif bahwa keberhasilan menyusui merupakan tanggung jawab bersama keluarga dan komunitas. Oleh karena itu, pelibatan keluarga secara aktif dalam program promosi ASI sangat direkomendasikan untuk memperkuat capaian kesehatan ibu dan anak secara berkelanjutan.

Berdasarkan temuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini, disarankan agar program edukasi menyusui tidak hanya difokuskan kepada ibu, tetapi juga secara aktif melibatkan anggota keluarga, terutama suami, ibu dan ibu mertua, sebagai pendukung utama. Selain itu, dibutuhkan sinergi antara tenaga kesehatan, tokoh masyarakat, dan kader posyandu dalam menciptakan lingkungan yang suportif, sehingga tercipta budaya menyusui yang kuat dan berkelanjutan di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Chen, C., Lin, Y., & Chien, L. (2023). *Father's involvement and breastfeeding outcomes: A randomized controlled trial in a community setting*. *International Breastfeeding Journal*, 18(1), 15.
- Khoiriyah, Etika dan Safitri, Afriani. 2020. *Penyuluhan Tentang Cara Menyusui Yang Benar Dan Mengajarkan Teknik Relaktasi Di Posyandu Hang Lekir Kelurahan Batu IX*. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Anugerah Bintang*: Vol 1 Nomor 2 (2020)
- Guta, A., Gebretsadik, G., & Ayele, T. (2022). *Community-based family-inclusive breastfeeding interventions and exclusive breastfeeding practices: A systematic review*. *BMC Public Health*, 22, 1134.
- Hazir, T., Akram, D., Nisar, Y. Bin, Kazmi, N., Agho, K. E., Abbasi, S., ... Dibley, M. J. (2012). *Determinants of suboptimal breast-feeding practices in Pakistan*. *Public Health Nutrition*:

16(4), 659–672, 16(4), 659–672.
<https://doi.org/10.1017/S1368980012002935>

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Jakarta: Kemenkes RI.

Susanto, T., et al. (2020). *Family support and exclusive breastfeeding practice among Indonesian mothers*. BMC Nursing, 19(9).

World Health Organization (WHO). (2021). *Infant and young child feeding: Model chapter for textbooks for medical students and allied health professionals*. Geneva: WHO Press.