

Pemberian Edukasi Tentang Persiapan Pemberian ASI Pada Ibu Hamil Trimester III Melalui Media Leaflet

Siti Maria Ulfa¹, Pratiwi Puji Lestari^{2*}

^{1,2}Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan, Program Studi Diploma Tiga Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, Indonesia

Email: *pratiwipuji@umbjm.ac.id

(* : coresponding author)

Abstrak – Trimester III kehamilan menjadi fase krusial dalam persiapan kelahiran, di mana janin dan ibu mengalami pertumbuhan signifikan. Setelah melalui proses persalinan, ibu memasuki masa nifas yang penuh tantangan, termasuk persiapan dan pelaksanaan menyusui. Masa nifas bukan hanya tentang pemulihan fisik, tetapi juga penyesuaian psikologis dan emosional terhadap peran barunya. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan memberikan pemahaman yang memadai kepada ibu hamil trimester III mengenai persiapan menyusui. Melalui penyuluhan menggunakan leaflet sebagai media informasi, kegiatan ini fokus pada manfaat pemberian ASI, teknik menyusui yang benar, penanganan masalah umum selama menyusui, dan pentingnya dukungan keluarga. Tujuan khusus mencakup peningkatan pengetahuan ibu, dukungan emosional, serta melibatkan keluarga sebagai agen dukungan utama. Kegiatan ini dilaksanakan di Puskesmas Wilayah Kota Banjarmasin pada bulan Maret–Mei 2023, melibatkan 30 ibu hamil trimester III. Evaluasi dilakukan untuk memastikan pemahaman maksimal terhadap materi.

Kata Kunci: Asi Eksklusif, Media Leaflet, Edukasi Kehamilan, Persiapan Laktasi

Abstract – The third trimester of pregnancy is a crucial phase in preparation for birth, where the fetus and mother experience significant growth. After going through the birthing process, mothers enter the postpartum period which is full of challenges, including preparation and implementation of breastfeeding. The postpartum period is not only about physical recovery, but also psychological and emotional adjustment to a new role. This community service activity aims to provide adequate understanding to third trimester pregnant women regarding preparation for breastfeeding. Through outreach using leaflets as a medium of information, this activity focuses on the benefits of breastfeeding, correct breastfeeding techniques, handling common problems during breastfeeding, and the importance of family support. Specific objectives include increasing maternal knowledge, emotional support, and involving the family as the main support agent. This activity was carried out at the Banjarmasin City Regional Health Center in March–May 2023, involving 30 third trimester pregnant women. Evaluation is carried out to ensure maximum understanding of the material.

Keywords: Exclusive Breastfeeding, Leaflet Media, Pregnancy Education, Lactation Preparation

1. PENDAHULUAN

Trimester III kehamilan merupakan fase akhir kehamilan, berlangsung antara minggu ke-29 hingga ke-42. Pada periode ini, janin mengalami tahap penyempurnaan untuk persiapan kelahiran. Janin dan ibu mengalami pertumbuhan yang signifikan selama trimester terakhir ini. Proses ini melibatkan perkembangan organ dan sistem tubuh janin, sehingga ia siap untuk kehidupan di luar rahim. Selain itu, tubuh ibu juga mengalami persiapan untuk persalinan. Trimester III menjadi momen penting karena menandai akhir perjalanan kehamilan dan persiapan tubuh untuk melahirkan, menjadikannya fase krusial dalam perkembangan janin dan kesehatan ibu (Safitri & Triana, 2021)

Kehamilan dan kelahiran menjadi momen krusial dalam kehidupan seorang wanita. Setelah melalui proses persalinan nantinya, ibu memasuki fase yang penuh tantangan, yaitu masa nifas, yang berlangsung selama enam minggu pertama pasca kelahiran. Selama periode ini, tubuh ibu mengalami perubahan signifikan secara hormonal, fisik, dan psikologis (Naingalis & Wulandari, 2023). Salah satu aspek yang penting dalam masa nifas adalah persiapan dan pelaksanaan menyusui untuk ibu dan bayi (Jannah & Latifah, 2022). Masa nifas bukan hanya tentang pemulihan fisik, tetapi juga melibatkan penyesuaian psikologis dan emosional ibu terhadap peran barunya. Proses menyusui menjadi fokus utama dalam memberikan nutrisi yang penting bagi bayi (Nazilah et al, 2021). Selain itu, dukungan keluarga dan lingkungan sekitar sangat diperlukan untuk membantu ibu melewati tantangan ini dengan baik (Pramesti et al, 2021).

Gagasan utama dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan pemahaman yang memadai kepada ibu hamil trimester III mengenai persiapan menyusui. Pentingnya menyajikan informasi secara menyeluruh dan memberikan dukungan yang efisien membuat ibu dapat merasa yakin dan berhasil dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayi mereka (Surtania dkk, 2023). Beberapa faktor pemicu termasuk kurangnya pengetahuan, dukungan yang kurang memadai, dan persepsi masyarakat yang tidak mendukung pemberian ASI (Asnidawati & Ramdhan, 2021). Oleh karena itu, upaya dilakukan untuk mengatasi kendala-kendala tersebut melalui penyediaan informasi, dukungan emosional, dan keterlibatan aktif dari tenaga kesehatan dan keluarga.

Upaya promosi kesehatan dapat dilakukan melalui penyuluhan dengan berbagai media (Ernawati, 2022). Pemberian edukasi dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam pemberian ASI eksklusif (Meigasari & Damayanti, 2023). Pada aktivitas edukasi kali ini, digunakan media leaflet sebagai sumber informasi. Fokus utama materi yang diberikan mencakup manfaat pemberian ASI, teknik-teknik menyusui yang benar, penanganan masalah umum selama menyusui, dan pentingnya peran dukungan keluarga. Leaflet ini dirancang untuk menjadi sumber informasi yang mudah dipahami dan dapat diakses oleh ibu hamil trimester III. Dengan memberikan pemahaman yang komprehensif tentang ASI dan keterampilan menyusui, diharapkan ibu hamil dapat merasa lebih percaya diri dan siap menghadapi peran barunya. Pentingnya dukungan keluarga juga akan dijelaskan dalam leaflet, mengingat peran mereka dapat memengaruhi keberhasilan proses menyusui (Winarti & Pratiwi, 2021).

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan tingkat keberhasilan ibu dalam persiapan memberikan ASI eksklusif kepada bayi mereka selama enam bulan pertama kehidupan. Untuk mencapai tujuan tersebut, terdapat beberapa tujuan khusus yang perlu diwujudkan. Pertama, meningkatkan pengetahuan ibu tentang manfaat ASI dan teknik menyusui yang benar. Hal ini dilakukan dengan memberikan informasi yang komprehensif dan terkini tentang pentingnya ASI bagi kesehatan bayi serta teknik menyusui yang efektif. Kedua, memberikan dukungan emosional kepada ibu untuk meningkatkan rasa percaya diri mereka dalam serta memberikan ruang bagi ibu nifas untuk berbagi pengalaman dan ketidakpastian mereka terkait menyusui. Selanjutnya, melibatkan keluarga sebagai agen dukungan utama dan meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya mendukung ibu dalam memberikan ASI. Dengan merinci tujuan khusus ini, diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang mendukung dan memotivasi ibu untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayi mereka. Selain itu, pendekatan holistik ini diharapkan agar ibu dapat mengatasi masalah-masalah yang muncul dan meraih keberhasilan dalam memberikan ASI secara optimal.

2. METODE PELAKSANAAN

2.1 Tempat dan waktu pengabdian

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini bertempat di Puskesmas Sungai Jingah Kota Banjarmasin. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan November 2023 yang dilaksanakan oleh dosen program studi DIII Kebidanan FKIK UM Banjarmasin. Adapun sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu-ibu hamil trimester III sebanyak 15 orang di wilayah kerja puskesmas Sungai Jingah Banjarmasin.

2.2 Tahapan Kegiatan Pengabdian

1) Persiapan

Tahap persiapan dilakukan setelah mendapatkan ijin pelaksanaan dari Puskesmas .

Rangkaian kegiatan yang dilakukan meliputi:

2) Tahap pelaksanaan

Penyelenggaraan kegiatan dilaksanakan dengan terlebih dahulu membuat kepanitiaan dari tim dosen-dosen prodi DIII Kebidanan, dengan melibatkan bidan Puskesmas, serta mahasiswa DIII Kebidanan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin. Sebelum memberikan materi edukasi

kesehatan tentang persiapan menyusui pada ibu hamil trimester III, tim membagikan leaflet sebagai media penyampaian edukasi.

Adapun alat yang diperlukan dalam kegiatan pengabdian ini adalah berupa:

- a) Pengeras suara
- b) Leaflet
- c) Lembar evaluasi

2.3 Evaluasi pelaksanaan

Tim melakukan tahap evaluasi dengan menanyakan secara acak tentang materi yang sudah disampaikan, sehingga akan diketahui apakah materi yang disampaikan bisa secara maksimal diserap. Selain itu, tim juga menilai respon peserta lain dalam menambahkan jawaban dari rekannya saat memberikan pernyataan atau jawaban. Pertanyaan yang diajukan peserta dapat terjawab secara benar. Selama pelaksanaan berlangsung tidak ada peserta yang meninggalkan kegiatan, peserta juga antusias terhadap materi yang disampaikan. Tahap evaluasi perlu dilakukan agar tercapai tujuan dari edukasi yang telah diberikan dan pendampingan yang dilakukan. Dimana hasil evaluasi dijadikan dasar dalam menyusun laporan kegiatan. Laporan kegiatan disusun sebagai laporan pertanggung jawaban atas apa yang telah dilaksanakan berdasarkan proses kegiatan dalam pengabdian masyarakat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

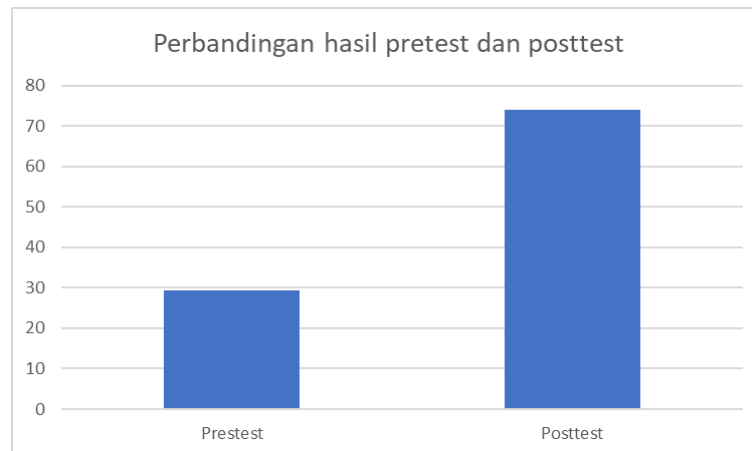
3.1 Hasil

a. Hasil pretest dan posttest

Tabel 1. Hasil Pretest Dan Posttest

No	Identitas Responden	Pretest	Posttest
1	Ny. R	10	70
2	Ny. S	20	80
3	Ny. M	40	80
4	Ny. H	30	60
5	Ny. L	20	60
6	Ny. F	20	80
7	Ny. P	50	80
8	Ny. K	30	70
9	Ny. T	30	70
10	Ny. J	30	70
11	Ny. M	20	60
12	Ny. Z	60	90
13	Ny. M	40	80
14	Ny. A	40	70
15	Ny. S	30	90

b. Grafik perbandingan hasil pretest dan posttest



Gambar 1. Perbandingan Hasil Pretest Dan Posttest

3.2 Pembahasan

Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilaksanakan di Puskesmas Sungai Jingah, Kota Banjarmasin, pada bulan November 2023 oleh dosen Program Studi DIII Kebidanan FKIK UM Banjarmasin mencerminkan komitmen untuk memberikan edukasi kesehatan kepada ibu-ibu hamil trimester III di wilayah tersebut. Latar belakang kegiatan ini timbul dari kebutuhan mendesak untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan ibu-ibu hamil mengenai persiapan menyusui. Teori Lawrence Green menyatakan salah satu faktor predisposisi dalam perubahan perilaku kesehatan adalah tingkat pengetahuan (Sugiarti, 2020).

Tahapan persiapan merupakan fase dasar dalam menjalankan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Izin dari Puskesmas menjadi fondasi awal pelaksanaan, dan dari sinilah tim dosen Program Studi DIII Kebidanan FKIK UM Banjarmasin mulai merencanakan serta menyiapkan segala kebutuhan yang diperlukan. Langkah-langkah ini dilakukan untuk memastikan bahwa kegiatan berjalan lancar dan memberikan dampak positif yang signifikan kepada peserta. Selain itu, sinergi antara pihak dosen, bidan Puskesmas, dan mahasiswa DIII Kebidanan menjadi kunci keberhasilan dalam menyelenggarakan kegiatan ini. Pelaksanaan kegiatan sendiri dilakukan dengan memerhatikan berbagai aspek agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Selama pelaksanaan, berbagai alat pendukung diperlukan untuk memastikan kelancaran penyampaian materi dan interaksi antara tim dosen dengan peserta. Pengeras suara digunakan untuk memastikan bahwa setiap peserta dapat mendengar dengan jelas setiap penjelasan dan informasi yang disampaikan. Selain itu, penggunaan leaflet sebagai materi pendukung menjadi metode yang tepat untuk memberikan referensi kepada peserta, yang nantinya dapat mereka simak kembali di rumah.

Menggunakan leaflet sebagai media penyampaian edukasi, disadari karena pentingnya pendekatan visual untuk membantu peserta memahami informasi dengan lebih baik. Leaflet dianggap sebagai sarana yang efektif untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan kepada masyarakat, terutama dalam konteks kehamilan dan persiapan menyusui. Pemberian informasi dalam bentuk leaflet ternyata mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang ASI Eksklusif (Idris & Elvinasari, 2020).

Dalam mengukur efektivitas kegiatan, tim dosen memberikan lembar evaluasi. Proses evaluasi dilakukan dengan membagikan lembar pertanyaan kepada peserta. Hasil tes ini menjadi instrumen penilaian yang penting untuk mengevaluasi sejauh mana peserta dapat memahami dan mengaplikasikan materi yang telah disampaikan. Selain itu, respon peserta terhadap pertanyaan rekan-rekan mereka juga dievaluasi, mengukur sejauh mana kolaborasi dan interaksi antar-peserta berlangsung.

Pentingnya evaluasi pelaksanaan tidak hanya sebatas pada pemeriksaan pengetahuan peserta, tetapi juga pada pengukuran respon dan interaksi sosial yang terjadi selama kegiatan. Kesigapan

peserta dalam memberikan jawaban serta antusiasme mereka terhadap materi menjadi indikator efektivitas penyampaian edukasi. Hasil evaluasi menjadi dasar untuk menyusun laporan kegiatan yang menjadi pertanggungjawaban atas apa yang telah dilaksanakan. Secara teoritis evaluasi adalah langkah sistematis dalam menghimpun, menganalisis, dan menafsirkan informasi guna menilai sejauh mana pencapaian tujuan pembelajaran oleh peserta didik. Sistem evaluasi yang efektif dapat memberikan wawasan mengenai kualitas pembelajaran, yang pada akhirnya akan mendukung pengajar dalam merencanakan strategi pembelajaran (Magdalena dkk, 2020).

Dari 15 orang responden, sebelumnya dilakukan pretest dan hanya 2 orang yang memiliki nilai tinggi. Namun, setelah dilakukan posttest, seluruhnya dari 15 orang responden berhasil menjawab dengan nilai maksimal. Hasil positif ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil mencapai tujuan utamanya, yaitu meningkatkan pengetahuan peserta. Keberhasilan ini dapat diatributkan kepada pendekatan yang interaktif dan penyampaian materi yang disesuaikan dengan kebutuhan serta karakteristik peserta.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bukan hanya merupakan sukses dalam meningkatkan pengetahuan ibu-ibu hamil trimester III tentang persiapan menyusui, tetapi juga menjadi contoh nyata tentang bagaimana kolaborasi antara akademisi, tenaga kesehatan, dan mahasiswa dapat menciptakan dampak positif dalam masyarakat. Laporan kegiatan ini memberikan pemahaman yang mendalam tentang seluruh proses pelaksanaan, dari persiapan hingga hasil evaluasi, memberikan landasan yang kokoh untuk pertanggungjawaban atas pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Keberhasilan ini tentu menjadi motivasi untuk melanjutkan dan memperluas upaya-upaya pengabdian masyarakat yang sejalan dengan kebutuhan masyarakat dan institusi kesehatan setempat.

REFERENCES

- Asnidawati & Ramdhan, 2021. Hambatan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *JIKSH: Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, Volume 10.
- Ernawati, 2022. Health Promotion Media to Increase Mother's Knowledge about Stunting. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan dan IPTEK*, Volume 18, pp. 139-152.
- Idris & Elvinasari, 2020. Pengaruh Media Leaflet Terhadap Pengetahuan ibu tentang ASIEksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Tinggimoncong Kabupaten Gowa. *Prosiding Seminar Nasional SMIPT 2020*, Volume 3.
- Jannah & Latifah, 2022. LITERATURE REVIEW: FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI ADAPTASI PSIKOLOGI (Postpartum Blues) PADA MASA NIFAS (Puerperium). *JITK Bhamada*, Volume 13, pp. 64 - 68.
- Magdalena dkk, 2020. PENTINGNYA EVALUASI DALAM PEMBELAJARAN DAN AKIBAT MEMANIPULASINYA. *Jurnal Pendidikan dan Sains*, Volume 2, pp. 244-257.
- Meigasari & Damayanti, 2023. Edukasi Emotional Demonstration (EMO DEMO) terhadap Pemberian ASI Eksklusif bagi Bayi : Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, Volume 6.
- Naingalis & Wulandari, 2023. PENGARUH BREAST CARE TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI IBU MENYUSUI : A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW. *CHMK MIDWIFERY SCIENTIFIC JOURNAL*, Volume 6.
- Nazilah et al, 2021. The Use of Non-Pharmacological to Decrease Anxiety and Improve the Breastfeeding Self Efficacy Postpartum Mothers: A Systematic Literature Review. *JURNAL KEBIDANAN*, Volume 11, pp. 107-118.
- Pramesti et al, 2021. Literature Review: Pengaruh Relaktasi Suplementer Dikombinasikan Dengan Metode "SPEOS" (Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin, Dan Sugestif) Terhadap Durasi Relaktasi Pada Ibu Menyusui. *Journal of Issues in Midwifery*, Volume 6, pp. 88-96.
- Safitri & Triana, 2021. ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, Volume 1.
- Surtania dkk, 2023. MEDIA EDUKASI BERBASIS APLIKASI TERHADAP KEMAMPUAN IBU MENYUSUI. *Journal of Telenursing (JOTING)*, Volume 5, pp. 1189-1197.
- Winarti & Pratiwi, 2021. Dukungan keluarga pada ibu bekerja dalam memberikan ASI eksklusif di negara berkembang: Scoping review. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, Volume 2, pp. 127-136.