

Upaya Penguatan ASI Eksklusif Melalui Identifikasi Hambatan Ibu

Laksmi Trisasmita^{1*}, Aisyah Din'nur Islam², Nurelisa³, Putresya Tandililing⁴, Aqilah⁵, Ina Muthmainnah⁶, Nirina Amelia⁷, Naura Waasi'Aliyah Hamzah⁸, Fahmi Mula Putri⁹, Juliandre Mardewanto¹⁰

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10} Universitas Hasanuddin, Indonesia

*email corresponding author: laksmi.trisasmita@unhas.ac.id

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding is an important strategy for meeting infants' nutritional needs and reducing the risk of health problems and stunting; however, its practice remains suboptimal in the community. Low rates of exclusive breastfeeding are influenced by limited maternal knowledge, belief in myths, and exposure to misinformation. This activity aimed to identify the reasons why mothers do not practice exclusive breastfeeding and to improve their understanding of the importance of exclusive breastfeeding through focus group discussions (FGDs) using a pocket book as an educational medium. The activity was conducted in RW 4 Parangloe, Tamalanrea District, Makassar City, involving 18 breastfeeding mothers, and applied a pre-test and post-test design to assess changes in knowledge. The results showed a significant increase in the mean knowledge score, from 55.56 in the pre-test to 91.67 in the post-test, with the Wilcoxon test indicating a statistically significant difference ($p < 0.001$). It can be concluded that education through FGDs supported by a pocket book is effective in improving breastfeeding mothers' knowledge of exclusive breastfeeding and may serve as an educational strategy to support the promotion of exclusive breastfeeding practices in the community.

Keywords: Exclusive Breastfeeding; Focus Group Discussion; Pocket Book; Breastfeeding Mothers

PENDAHULUAN

ASI (Air Susu Ibu) adalah sumber nutrisi alami yang menyediakan semua nutrisi seimbang dan optimal untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pada tahap awal kehidupan, ASI adalah satu-satunya nutrisi yang dibutuhkan bayi, sehingga tidak boleh diberikan cairan atau makanan tambahan, seperti susu formula, air, teh, madu, atau makanan pendamping (Nur and Supiyati 2022). ASI memainkan peran penting dalam mendukung perkembangan bayi yang sehat, baik secara fisik maupun psikologis. Setelah 30 – 40 jam pasca persalinan, komposisi ASI berubah, dengan peningkatan kandungan laktosa sementara komponen lain menjadi lebih encer akibat peningkatan volume ASI (Kalarikkal and Pflighaar 2023).

ASI eksklusif juga penting untuk perkembangan bayi. Ini berarti memberi bayi hanya ASI dari lahir hingga usia enam bulan, tanpa makanan atau minuman lain kecuali obat-obatan atau vitamin yang diperlukan (Hanun 2024). Keberhasilan pemberian ASI eksklusif dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk usia ibu, pendidikan, pekerjaan, kesehatan, pendapatan keluarga, dukungan keluarga, paparan informasi, tingkat

pengetahuan, dan sikap terhadap ASI eksklusif (Safitri, Pangestuti, and Kartini 2021). Telah terbukti bahwa menyusui yang efektif secara signifikan mengurangi angka kematian ibu lebih dari 20.000 kasus setiap tahun. Hal ini juga berkontribusi dalam mengurangi angka kematian anak sekitar 823.000 kasus per tahun. Oleh karena itu, ASI eksklusif memberikan manfaat kesehatan langsung bagi bayi dan memainkan peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat dan kualitas hidup di masa depan (Khotimah, Satillah, and Fitriani 2024).

UNICEF (*United Nations International Children's Emergency Fund*) and the WHO (*World Health Organization*) mendorong pemerintah Indonesia dan pemangku kepentingannya untuk memberikan dukungan optimal kepada semua ibu, sehingga mereka dapat memulai dan mempertahankan pemberian ASI eksklusif sejak usia dini. Menurut data dari Kementerian Kesehatan (Kemenkes), 52,5% dari 2,3 juta bayi berusia enam bulan diberi ASI eksklusif pada tahun 2021. Selanjutnya, pada tahun 2022 hingga triwulan kedua tercatat sebanyak 458.596 bayi, dengan 302.746 bayi atau sekitar 66% di antaranya mendapatkan ASI eksklusif. Sementara itu, cakupan pemberian ASI eksklusif di Kota Metro pada tahun 2019 mencapai 78,7% (Zubaida, Immawati, and Dewi 2024).

Pada tahun 2020, proporsi anak yang mendapatkan ASI eksklusif di Provinsi Sulawesi Selatan mencapai 70%. Cakupan terendah ditemukan di Kota Palopo (31%) dan Kabupaten Takalar (39,92%). Sebaliknya, cakupan tertinggi tercatat di Kabupaten Sinjai (85,34%) dan Kabupaten Luwu Timur (86,27%) (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan, 2021). Sementara itu, data Dinas Kesehatan Kabupaten Barru menunjukkan bahwa jumlah bayi yang mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2020 sebanyak 2.586 bayi (57,4%), meningkat pada tahun 2021 menjadi 3.765 bayi (66,2%), dan pada tahun 2022 tercatat sebanyak 2.868 bayi dengan cakupan sebesar 65,08% (Sukmawati, Rosmawaty, and Syukri 2024).

ASI tidak dapat digantikan oleh susu formula karena ASI dirancang secara khusus untuk memenuhi kebutuhan bayi. ASI mengandung antibodi dan lebih dari 100 nutrisi esensial, termasuk asam arakidonat (AA), asam dokosaheksaenoat (DHA), taurin, dan sphingomyelin, yang tidak terdapat secara alami dalam susu sapi. Meskipun beberapa produsen susu formula menambahkan nutrisi tertentu, kandungan tersebut tetap tidak dapat menandingi keunggulan nutrisi dan komponen pelindung yang terdapat dalam ASI (Yuliarti 2010). ASI mengandung komponen pelindung dan imunomodulator yang beradaptasi secara dinamis dengan kebutuhan bayi serta menyediakan makro dan mikronutrien yang cukup (kecuali vitamin K dan D) untuk mendukung pertumbuhan bayi secara optimal selama enam bulan pertama kehidupan (Ames, Lotoski, and Azad 2023). Pada sekitar lima hari pertama setelah melahirkan, ibu menghasilkan kolostrum yang rendah lemak, tinggi protein, dan kaya komponen imun, yang produksinya sangat dipengaruhi oleh hisapan bayi secara optimal pada awal kelahiran (Szyller et al., 2024).

Memberikan makanan atau minuman selain ASI kepada bayi berusia 0–6 bulan dapat meningkatkan risiko diare dan penyakit menular, karena kebersihan makanan dan air tidak selalu dapat dijamin dan sistem pencernaan mereka belum sepenuhnya berkembang (Sari et al. 2021). Bayi yang diberi susu selain ASI memiliki risiko diare hingga 17 kali lebih tinggi dibandingkan yang disusui. Selain itu, bayi yang tidak diberi ASI eksklusif memiliki risiko 4 kali lebih tinggi untuk mengembangkan Infeksi Saluran Pernapasan Atas (ISPA). Hal ini tidak hanya meningkatkan risiko berbagai penyakit di masa depan, tetapi juga dapat mengganggu proses menyusui, menyebabkan penurunan frekuensi dan produksi ASI (Saputri et al. 2021). Pemberian susu formula sebagai pengganti ASI diketahui berkaitan dengan pola peningkatan berat badan bayi yang lebih cepat dibandingkan pemberian ASI secara langsung, sehingga berpotensi meningkatkan risiko *overweight* dan obesitas pada masa selanjutnya (Slater et al., 2024)..

Praktik menyusui dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti terbatasnya pengetahuan mengenai manfaat ASI, kuatnya pengaruh budaya masyarakat, serta paparan informasi yang keliru terkait susu formula. Iklan susu formula yang menonjolkan kandungan vitamin dan zat gizi tertentu sering kali membentuk persepsi bahwa produk tersebut lebih unggul, sehingga mendorong ibu untuk memilih susu formula. Kondisi ini berpotensi mengorbankan kesehatan dan masa depan anak, mengingat manfaat ASI tidak dapat tergantikan oleh sumber asupan lain (Jauhari, Fitriani, and Bustami 2018).

Kegiatan ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi rendahnya praktik pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui di RW 4 Parangloe serta menganalisis efektivitas edukasi berbasis *Focus Group Discussion* (FGD) dengan media buku saku dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pentingnya ASI eksklusif.

METODE

Pendekatan intervensi non-fisik diterapkan dalam kegiatan ini dengan tujuan meningkatkan pemahaman ibu menyusui mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui edukasi kesehatan berbasis *Focus Group Discussion* (FGD) dengan pemanfaatan media berupa buku saku ASI eksklusif sebagai sarana penyampaian materi.

Pendekatan *Focus Group Discussion* (FGD) digunakan untuk menciptakan suasana diskusi yang partisipatif sehingga peserta dapat saling bertukar pengalaman serta membahas berbagai kendala yang dihadapi selama masa menyusui. Buku saku ASI eksklusif dimanfaatkan sebagai media pendukung yang memuat informasi ringkas dan mudah dipahami mengenai penerapan ASI eksklusif, termasuk manfaat pemberian ASI bagi ibu dan bayi serta dampak pemberian makanan atau minuman selain ASI sebelum bayi berusia enam bulan. Melalui pendekatan ini, diharapkan ibu menyusui memperoleh

pemahaman yang lebih komprehensif dan termotivasi untuk menerapkan praktik ASI eksklusif secara optimal.

Waktu dan Tempat Kegiatan

Kegiatan edukasi ASI eksklusif dilaksanakan pada Kamis, 22 Januari 2026, pukul 11.00 – 12.00 WITA. Kegiatan ini bertempat di wilayah Parangloe RW 04, Kelurahan Parangloe, Kecamatan Tamalanrea, Kota Makassar, Provinsi Sulawesi Selatan.

Peserta Kegiatan

Kegiatan edukasi ini melibatkan ibu menyusui yang berasal dari wilayah Parangloe RW 04 sebagai kelompok sasaran. Jumlah peserta yang berpartisipasi sebanyak 18 orang ibu menyusui, dengan keterlibatan peserta didasarkan pada kesediaan serta kehadiran selama kegiatan berlangsung. Pemilihan ibu menyusui sebagai kelompok sasaran dilakukan karena keterlibatan ibu menyusui memiliki kontribusi utama dalam pemenuhan kebutuhan gizi bayi melalui penerapan ASI eksklusif.

Tahapan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan edukasi dilakukan melalui beberapa rangkaian tahapan yang meliputi persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

Tahap Persiapan

Pada tahap awal ini, tim pelaksana melakukan koordinasi dengan Ketua RW Parangloe RW 04 guna menetapkan lokasi, waktu, serta teknis pelaksanaan kegiatan. Selain itu, tim mempersiapkan media edukasi berupa buku saku ASI eksklusif yang akan dimanfaatkan selama kegiatan berlangsung. Tahap persiapan juga mencakup penyusunan instrumen evaluasi berupa *pre-test* dan *post-test* yang digunakan untuk menilai tingkat pemahaman peserta sebelum dan setelah kegiatan edukasi.

Tahap Pelaksanaan

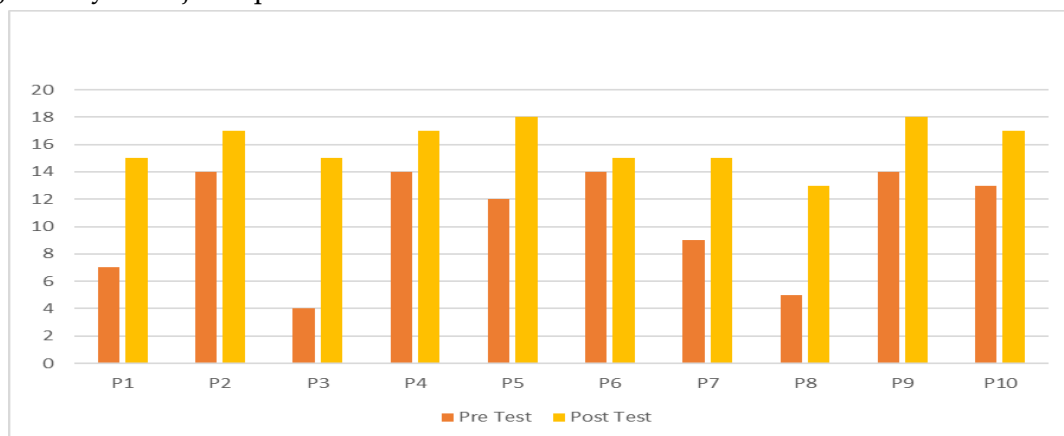
Kegiatan edukasi dilaksanakan di wilayah Parangloe RW 04 dengan pendekatan *Focus Group Discussion* (FGD). Sebelum diskusi dimulai, peserta diminta mengisi instrumen awal (*pre-test*) guna memperoleh gambaran awal mengenai pengetahuan peserta terkait ASI eksklusif. Pelaksanaan FGD dipandu oleh fasilitator dengan menggunakan pedoman diskusi terarah. Materi edukasi disampaikan secara interaktif dengan mengacu pada buku saku yang meliputi konsep dasar ASI eksklusif, manfaat pemberian ASI bagi kesehatan ibu dan bayi, serta risiko pemberian asupan selain ASI pada bayi sebelum mencapai usia enam bulan. Selama diskusi berlangsung, peserta diberikan kesempatan untuk bertanya, menyampaikan pendapat, dan berbagi pengalaman terkait praktik menyusui.

Tahap Evaluasi

Setelah pelaksanaan FGD berakhir, peserta mengerjakan *post-test* sebagai bentuk evaluasi untuk mengetahui perubahan pemahaman ibu menyusui setelah mengikuti kegiatan. Selanjutnya, hasil *post-test* dibandingkan dengan hasil *pre-test* untuk menilai peningkatan pemahaman peserta terkait ASI eksklusif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan *Focus Group Discussion* (FGD) dilaksanakan di RW 4 Kelurahan Parangloe, Kecamatan Tamalanrea, Kota Makassar, dengan melibatkan 18 ibu menyusui sebagai peserta. Kegiatan ini bertujuan untuk menggali alasan ibu menyusui di RW 4 Parangloe tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya, sekaligus meningkatkan pemahaman ibu menyusui mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif. FGD juga dilakukan dalam bentuk diskusi sederhana yang santai namun tetap terarah sehingga peserta lebih nyaman untuk berkomunikasi dan bertukar pikiran. Dalam diskusi juga diberikan buku saku sebagai media untuk membantu meningkatkan pengetahuan peserta yaitu ibu menyusui. Evaluasi tingkat pengetahuan peserta dilakukan sebelum dan setelah kegiatan edukasi, yang hasilnya disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Hasil Pre-Post Test Pengukuran Pengetahuan Ibu Menyusui

Berdasarkan Gambar 1, sebelum intervensi, tingkat pengetahuan peserta mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif masih bervariasi, dengan capaian nilai berkisar antara 22,2% hingga 77,8%. Capaian terendah terdapat pada P3 sebesar 22,2%, sedangkan capaian tertinggi terdapat pada P2, P4, P6, dan P9 sebesar 77,8%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian peserta masih memiliki pemahaman yang rendah terkait manfaat ASI eksklusif, waktu pemberian, serta dampaknya terhadap tumbuh kembang bayi.

Setelah diberikan intervensi edukasi, pemahaman peserta mengalami peningkatan yang signifikan, dengan capaian nilai berkisar antara 72,2% hingga 100%. Nilai tertinggi pada tahap *post-test* terdapat pada P9 sebesar 100%, sedangkan sebagian besar peserta memperoleh nilai di atas 80%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa materi dan metode edukasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai ASI eksklusif.

Tabel 1. Perbedaan Rerata Pengetahuan Ibu Menyusui

Skor Pengetahuan	N	Min	Maks	Mean±SD	P-Value
<i>Pre-test</i>	18	20	90	55.56±20.3	<0.001
<i>Post-test</i>	18	80	100	91.67±7.07	

Tabel 1 menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan peserta, dari 55,56 pada tahap sebelum edukasi menjadi 91,67 setelah edukasi. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon, diperoleh nilai $p < 0,001$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah FGD.



Gambar 2. Pelaksanaan Focus Group Discussion (FGD)

Materi kegiatan *Focus Group Discussion* (FGD) disampaikan oleh dua orang pemateri dengan pembagian tugas, yaitu satu orang sebagai fasilitator dan satu orang sebagai moderator. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk dialog interaktif yang melibatkan partisipasi aktif seluruh peserta. Jumlah peserta sebanyak 18 orang menjadikan suasana diskusi berlangsung kondusif dan efektif. Kegiatan ini dilaksanakan di Kelurahan Parangloe RW 4 pada tanggal 22 Januari 2026. Pada kegiatan tersebut, fasilitator memaparkan materi mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif serta risiko pemberian MP-ASI secara dini.

Pemberian ASI eksklusif merupakan upaya paling sederhana dan efektif dalam memenuhi kebutuhan gizi bayi. ASI eksklusif terbukti mampu menyediakan asupan nutrisi yang optimal bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga berperan penting dalam menurunkan risiko terjadinya stunting (Hizriyani and Aji 2021). Namun, praktik pemberian ASI eksklusif masih menghadapi berbagai hambatan di masyarakat, baik yang berkaitan dengan pengetahuan, persepsi, praktik tradisional, maupun faktor sosial dan lingkungan (Asnidawati and Ramdhan 2021). *Focus Group Discussion* (FGD) merupakan metode diskusi partisipatif yang mendorong keterlibatan aktif peserta untuk saling bertukar pandangan dan pengalaman sehingga dapat membantu menggali permasalahan secara lebih mendalam serta mendukung penyusunan solusi yang sesuai dengan kondisi peserta (Rhodes et al., 2021).

Buku saku yang digunakan dalam kegiatan ini berisi informasi utama terkait pengertian ASI eksklusif, manfaat pemberian ASI bagi ibu dan bayi, serta kandungan gizi ASI yang tidak dapat sepenuhnya digantikan oleh asupan makanan atau minuman lain. Selain itu, buku saku juga dilengkapi dengan pembahasan mengenai mitos dan fakta seputar ASI eksklusif yang didiskusikan bersama peserta selama pelaksanaan FGD, sehingga dapat meluruskan kesalahpahaman yang masih berkembang di masyarakat.

Media edukasi berupa buku saku tersebut digunakan agar dapat meningkatkan kemampuan individu dalam menerima dan memahami materi pembelajaran. Hal ini disebabkan karena sebagian besar informasi diserap melalui indra penglihatan, yang berkontribusi sekitar 75% hingga 87% dalam proses penerimaan pengetahuan, sedangkan sisanya diperoleh melalui indra lainnya sekitar 13% hingga 25% (Mulyanah et al., 2024).

Berdasarkan hasil pelaksanaan FGD, diperoleh berbagai alasan yang memengaruhi rendahnya praktik pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui di Parangloe RW 4. Sebagian besar peserta yaitu ibu menyusui mengungkapkan keterbatasan pengetahuan mengenai definisi dan durasi ASI eksklusif, serta masih adanya kepercayaan terhadap mitos yang berkembang di lingkungan sekitar, seperti anggapan bahwa ASI saja tidak cukup memenuhi kebutuhan bayi. Selain itu, anak diasuh oleh nenek sejak kecil akibat orang tua bekerja, sehingga pengetahuan dan pengalaman terkait menyusui terbatas, serta adanya masalah produksi ASI yang sedikit atau tidak lancar sehingga sebagian ibu memilih mengganti ASI dengan susu formula.

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi *Focus Group Discussion* (FGD) menggunakan media buku saku, efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu menyusui mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan tingkat pengetahuan peserta setelah intervensi, dengan nilai *pre-test* yang sebelumnya masih bervariasi dan relatif rendah (rata-rata 55,56) meningkat secara signifikan pada *post-test* menjadi 91,67. Rentang nilai pengetahuan peserta juga mengalami perbaikan, dari nilai minimum 20 – 90 pada *pre-test* menjadi 80 – 100 pada *post-test*. Selain itu, sebagian besar peserta mencapai nilai ≥ 80 setelah edukasi, bahkan terdapat peserta yang memperoleh nilai maksimal 100%. Hasil pengujian statistik menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p < 0,001$, yang mengindikasikan adanya perbedaan bermakna antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pelaksanaan edukasi. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan FGD yang diterapkan mampu meningkatkan pemahaman ibu menyusui tentang manfaat, waktu pemberian, serta dampak ASI eksklusif terhadap tumbuh kembang bayi.

Peningkatan pengetahuan peserta tidak hanya menunjukkan keberhasilan transfer informasi, tetapi juga mencerminkan adanya proses perubahan persepsi kesehatan pada ibu menyusui. Dalam perspektif *Health Belief Model* (HBM), perubahan perilaku kesehatan dipengaruhi oleh persepsi individu terhadap manfaat (*perceived benefits*), hambatan (*perceived barriers*), serta kerentanan terhadap risiko kesehatan (*perceived susceptibility*) (Vitania, 2023). Melalui kegiatan FGD, peserta memperoleh pemahaman bahwa pemberian ASI eksklusif mampu meningkatkan daya tahan tubuh bayi, mendukung pertumbuhan optimal, serta menurunkan risiko infeksi dan stunting. Di sisi lain, peserta juga diberikan pemahaman mengenai risiko pemberian MP-ASI dini dan penggunaan susu formula secara tidak tepat.

Kondisi ini dapat meningkatkan persepsi manfaat dan persepsi kerentanan peserta sehingga mendorong terbentuknya kesadaran untuk menerapkan praktik ASI eksklusif.

Selain itu, keberhasilan edukasi melalui FGD juga dapat dijelaskan melalui teori pembelajaran partisipatif (*participatory learning theory*). Pendekatan ini menekankan bahwa proses belajar akan lebih efektif apabila peserta terlibat aktif dalam proses diskusi, berbagi pengalaman, dan pemecahan masalah secara bersama (Cahyanti dkk., 2024). Pada kegiatan ini, ibu menyusui tidak hanya menerima materi secara satu arah, tetapi juga diberikan kesempatan untuk menyampaikan pengalaman pribadi terkait hambatan menyusui, seperti produksi ASI yang dianggap kurang, pengaruh keluarga, serta kepercayaan terhadap mitos yang berkembang di masyarakat. Keterlibatan aktif peserta dalam diskusi memungkinkan terbentuknya proses belajar yang lebih kontekstual dan relevan dengan kondisi kehidupan sehari-hari, sehingga materi edukasi menjadi lebih mudah dipahami dan diingat.

Temuan kegiatan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pendekatan edukasi partisipatif efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai praktik kesehatan, termasuk pemberian ASI eksklusif (Rhodes *et al.*, 2021). *Metode Focus Group Discussion* (FGD) memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah, diskusi aktif, serta pertukaran pengalaman antar peserta sehingga proses penyampaian informasi menjadi lebih mudah dipahami dan diterima. Selain itu, penggunaan media edukasi seperti buku saku atau booklet juga dilaporkan mampu meningkatkan pengetahuan peserta karena bersifat praktis, mudah digunakan, fleksibel, serta membantu peserta dalam memahami dan mengingat kembali materi yang telah diberikan (Dewi & Yovani, 2022).

Peningkatan pengetahuan ibu setelah intervensi menunjukkan bahwa edukasi tidak hanya berfungsi sebagai transfer informasi, tetapi juga berpotensi membentuk perubahan sikap dan perilaku positif terhadap praktik pemberian ASI eksklusif. Hal ini didukung oleh penelitian Ayu dkk. (2024) yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan pada ibu menyusui berhubungan erat dengan perubahan sikap dan perilaku positif dalam praktik pemberian ASI eksklusif. Dalam perspektif *Health Belief Model* (HBM), perubahan perilaku kesehatan dipengaruhi oleh keyakinan individu terhadap manfaat suatu tindakan kesehatan. Ibu yang memahami manfaat ASI eksklusif bagi kesehatan dan pertumbuhan bayi cenderung memiliki motivasi lebih tinggi untuk menerapkan praktik ASI eksklusif.

KESIMPULAN

Kegiatan Focus Group Discussion (FGD) yang diselenggarakan di Parangloe RW 4 memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan ibu menyusui terkait pentingnya ASI eksklusif. Peningkatan skor rata-rata dari 55,56 pada *pre-test* menjadi 91,67 pada *post-test*, disertai dengan hasil uji Wilcoxon ($p < 0,001$), menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara kondisi sebelum dan sesudah intervensi.

Selain meningkatkan pengetahuan, FGD juga berhasil mengidentifikasi berbagai

faktor yang memengaruhi rendahnya praktik ASI eksklusif, antara lain keterbatasan pemahaman ibu mengenai definisi dan durasi ASI eksklusif, masih adanya kepercayaan terhadap mitos, keterlibatan pihak lain dalam pengasuhan bayi, serta kendala produksi ASI. Dengan pendekatan diskusi partisipatif dan dukungan media buku saku yang praktis, FGD menjadi metode edukasi yang efektif dan kontekstual untuk meningkatkan pemahaman ibu menyusui serta sebagai dasar perencanaan intervensi lanjutan guna mendorong praktik ASI eksklusif di masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Selama pelaksanaan kegiatan, dukungan dan pendampingan dari dosen pembimbing sangat berperan penting, sehingga penulis menyampaikan terima kasih atas arahan yang telah diberikan. Penghargaan juga diberikan kepada warga Kelurahan Parangloe RW 4 yang telah berpartisipasi dan bekerja sama secara aktif dalam menyukseskan kegiatan ini. Selain itu, kontribusi rekan-rekan mahasiswa dalam membantu jalannya program turut menjadi bagian penting dari keberhasilan kegiatan. Diharapkan hasil yang diperoleh dapat memberikan dampak positif bagi masyarakat serta menjadi upaya awal dalam mendorong peningkatan praktik pemberian ASI eksklusif secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ames, Spencer R, Larisa C Lotoski, and Meghan B Azad. 2023. "Comparing Early Life Nutritional Sources and Human Milk Feeding Practices : Personalized and Dynamic Nutrition Supports Infant Gut Microbiome Development and Immune System Maturation." *Gut Microbes* 15 (1): 1–25. <https://doi.org/10.1080/19490976.2023.2190305>.
- Asnidawati, Asnidawati, and Syahrul Ramdhan. 2021. "Kesehatan Sandi Husada Hambatan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 10 (1): 156–62.
- Hanun, Lutfia Caesar. 2024. "Intervensi Pemberian Susu Kedelai (Glycine Max) Dan Sari Kacang Hijau (Vigna Radiata) Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Kecamatan Toboali Tahun 2023." *Innovative: Journal of Social Science Research* 4 (2): 2852–59.
- Hizriyani, Rina, and Toto Santi Aji. 2021. "Pemberian ASI Eksklusif Sebagai Pencegahan Stunting." *Jurnal Jendela Bunda* 8 (2): 1–8.
- Jauhari, Iman, Rini Fitriani, and Bustami. 2018. *Perlindungan Hak Anak Terhadap Pemberian Air Susu Ibu*.
- Kalarikkal, Saieda, and Jennifer Pflieger. 2023. *Breastfeeding*. StatPearls.

- Khotimah, Khusnul, Sadrah As Satillah, and Vira Fitriani. 2024. "Analisis Manfaat Pemberian ASI Eksklusif Bagi Ibu Menyusui Dan Perkembangan Anak." *Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini* 13 (2): 254–66. <https://doi.org/10.26877/paudia.v13i2.505>.
- Nur, Arfan, and Supiyati. 2022. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kegagalan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi 0-6 Bulan." *Jurnal Berita Kesehatan XV* (2): 17–26.
- Safitri, Vania Arthamevia, Dina Rahayuning Pangestuti, and Apoina Kartini. 2021. "Pengaruh Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Pemberian ASI Eksklusif Di Puskesmas Bulu Lor 2021." *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, no. April: 342–48.
- Saputri, Selfi Indah, Eka Purnama Sari, Putri Yani Siahaan, Hely Suriani, Esra Santa Maria Tambunan, and Elisabeth. 2021. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Makanan Pendamping ASI Di Wilayah Kerja Puskesmas Pematang Sidamanik Kecamatan Sidamanik Kabupaten Simalungun Tahun 2020." *Forum Ilmiah Dan Diskusi Mahasiswa* 2 (1): 31–39.
- Sari, Lia Artika, Taty Nurti, Nelly Priyanti, Enny Susilawati, and Herinawati. 2021. "Pemberian MP-ASI Pada Bayi 0-6 Bulan Dan Faktor- Faktor Yang Berhubungan Complementary Feeding or Infants Aged 0-6 Months and The Related Factors." *Jurnal Kesehatan Komunitas* 7 (2): 176–81.
- Sartika, Ira, and Mastaida Tambun. 2025. "PENGARUH INISIASI MENYUSUI DINI TERHADAP PENGELUARAN." *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Kebidanan Nusantara* 2 (2): 62–69.
- Sukmawati, Salenna, Rosmawaty, and Muhammad Syukri. 2024. "FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA BAYI DI WILAYAH KERJA UNIT PELAKSANA TEKNIS PUSKESMAS BOJO BARU KABUPATEN BARRU." *Jurnal Pendidikan Keperawatan Dan Kebidanan (JPKK)* 3 (02): 31–44.
- Yuliarti, Nurheti. 2010. *Keajaiban ASI - Makanan Terbaik Untuk Kesehatan, Kecerdasan Dan Kelincahan Si Kecil*.
- Zubaida, Azwa, Immawati, and Tri Kesuma Dewi. 2024. "PENERAPAN PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG ASI EKSKLUSIF PADA IBU MENYUSUI DI PUSKESMAS IRINGMULYO METRO TIMUR." *Jurnal Cendikia Muda* 4 (2): 194–200.