

Implementasi Pemberdayaan Menyusui Melalui Peran Kampus ASI Untuk Mewujudkan Generasi Emas Indonesia Di Desa Sungai Nyamuk Kabupaten Nunukan Wilayah Perbatasan Indonesia

Reza Bintangdari Johan^{*1}, Cici Ismuniar², Nur Pangesti Apriliyana³, Tasya⁴, Nadiya Sri Sugesti⁵

^{1,2,3}Universitas Borneo Tarakan

^{1,4,5}Jurusan Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Borneo Tarakan

²Program Studi Ilmu Psikologi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Borneo Tarakan

³Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Borneo Tarakan

*e-mail: bintangjohan@borneo.ac.id¹, cici_ismuniar@borneo.ac.id², pangesti@borneo.ac.id³, tasyasube9@gmail.com⁴, nadiyasgsti06@gmail.com⁵

Received:	Revised:	Accepted:	Available online:
28.08.2025	15.09.2025	07.10.2025	25.10.2025

Abstract: Exclusive breastfeeding is the foundation for meeting nutritional needs in achieving a golden generation. However, not all infants receive exclusive breastfeeding. Community health workers play a crucial role as the frontline in healthcare services. However, not all community health workers fully understand the concepts of breastfeeding and breast milk. The community was carried out using a community-based empowerment approach through the implementation of the Kampus ASI role to increase cadres' knowledge and skills regarding exclusive breastfeeding and breastfeeding, psychological well-being, and the use of interactive media. Implementation in Sungai Nyamuk Village. The three stages of service are preparation, implementation, and evaluation. The implementation activities are focused on the role of the Kampus ASI in establishing the Kampus ASI. There are five activities of the kampus ASI role with good results, with an increase in cadre knowledge before (70.6%) and after (97.1%). Breastfeeding technique skills pretest (50%) and posttest (76.5%), breast care increased from 20.6% to 82.4%, and oxytocin massage was 85.3%. Psychological well-being knowledge increased by 94.1%. The role of the Kampus ASI has a positive impact on cadres as a platform for integration to increase knowledge, skills, and foster self-efficacy.

Keywords: breastfeeding, exclusive breastfeeding, psychological well-being, Kampus ASI

Abstrak: ASI eksklusif menjadi fondasi pemenuhan gizi dalam mewujudkan generasi emas. Namun, belum semua bayi mendapatkan ASI eksklusif. Kader berperan sebagai ujung tombak di masyarakat dalam pelayanan kesehatan. Akan tetapi, belum semua kader memahami konsep dari ASI dan menyusui. Pengabdian dilakukan dengan pendekatan pemberdayaan berbasis masyarakat melalui implementasi peran Kampus ASI untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader tentang ASI eksklusif dan menyusui, *psychological well-being*, dan pemanfaatan media interaktif. Pelaksanaan di Desa Sungai nyamuk. Tiga tahapan pengabdian yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Kegiatan pelaksanaan terfokus pada peran Kampus ASI dalam pembentukan Kampus ASI. Ada lima kegiatan peran kampus ASI dengan hasil baik, peningkatan pengetahuan kader sebelum (70.6%) dan setelah (97.1%). Keterampilan teknik menyusui *pretest* (50%) dan *posttest* (76.5%), perawatan payudara 20.6% menjadi 82.4%, dan pijat oskitosin 85.3%. Pengetahuan *psychological well-being* meningkat 94.1%. Peran Kampus ASI berdampak positif bagi kader sebagai wadah integrasi untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan menumbuhkan rasa kepercayaan diri.

Kata kunci: menyusui, ASI eksklusif, *psychological well-being*, Kampus ASI

1. PENDAHULUAN

Fondasi kesehatan yang baik dimulai dari pemberian gizi terbaik bagi anak pada 1000 hari pertama kehidupan. Salah satunya adalah pemberian ASI eksklusif sejak bayi lahir sampai enam bulan tanpa tambahan makanan atau minuman apapun kecuali obat dan vitamin. Hal ini merupakan langkah awal untuk mewujudkan generasi emas Indonesia. ASI merupakan makanan utama dan terbaik bagi bayi untuk pertumbuhan dan perkembangan (Shah et al., 2022). ASI eksklusif baik untuk bayi, ibu, keluarga, dan negara. Namun, masih terdapat bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif karena berbagai faktor seperti ASI keluar sedikit, tidak keluar sama sekali, persepsi, dan niat ibu untuk menyusui yang kurang (Mufdlilah & Reza Bintangdari Johan, 2022), pengetahuan yang kurang tentang ASI eksklusif (Johan et al., 2024), Inisiasi Menyusu Dini (IMD) tidak dilakukan satu jam setelah persalinan, keterampilan kurang tentang manajemen laktasi (An et al., 2024), ibu bekerja di luar rumah dan harus meninggalkan anaknya (Gayatri, 2021), motivasi, dukungan suami dan keluarga

yang kurang (Junarti et al., 2020), sosial budaya dan paparan informasi susu formula dapat mempengaruhi ibu karena mengikuti tren (Johan et al., 2025) sehingga ibu cenderung menghentikan pemberian ASI eksklusif.

Capaian ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2023 telah memenuhi target nasional. Namun belum semua provinsi target ASI eksklusifnya tercapai termasuk Kalimantan Utara yaitu 45.5% (Kementerian Kesehatan RI, 2024b). Kalimantan utara merupakan sebuah provinsi yang berbatasan langsung dengan Sabah Malaysia. Salah satu Kabupaten yang berbatasan langsung adalah Kabupaten Nunukan. Persentase bayi usia 0-5 bulan yang diberikan ASI eksklusif di Kabupaten Nunukan tahun 2023 sebesar 64.6%. Angka ini turun dibandingkan tahun lalu sebesar 70% (Biro Pusat Statistik (BPS): Susenas Konsumsi dan Pengeluaran (National Socioeconomic Survey on Consumption and Expenditure), 2023). Keadaan ini menjadi sebuah perhatian khususnya bagi kesehatan ibu dan anak.

Beberapa wilayah di kabupaten Nunukan masih menghadapi masalah dan keterbatasan dalam mendapatkan informasi tentang pelayanan kesehatan, termasuk desa Sungai Nyamuk yang berada di Kecamatan Sebatik Timur, Kabupaten Nunukan berbatasan langsung dengan Malaysia. Akses utama menuju desa Sungai nyamuk melalui jalur laut dan memiliki jarak tempuh yang berbeda-beda ke setiap wilayah di kabupaten Kalimantan utara. Terdapat 6108 jika penduduk desa Sungai Nyamuk dan sebagian besar adalah tamatan Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Desa ini memiliki visi mewujudkan Desa sehat dengan mendorong kesadaran masyarakat tentang kesehatan dan kebersihan, termasuk kesehatan ibu dan anak khususnya ASI eksklusif sebagai makanan utama dan gizi terbaik bagi anak di awal kehiduannya. Kasus kekurangan gizi di Desa ini cukup tinggi sebanyak 32 kasus dan terdapat anak dengan stunting (Badan Pusat Statistik Kabupaten Nunukan, 2024). Keadaan ini merupakan salah satu penyebab dari kegagalan pemberian ASI eksklusif. Selain itu, pekerjaan ibu rumah tangga dan berdagang merupakan pekerjaan dominan yang dilakukan oleh perempuan di desa Sungai nyamuk. Keadaan ini mempengaruhi pola pikir dalam perilaku dan dapat menjadi penyebab ibu menghentikan pemberian ASI eksklusif karena ibu berada di luar rumah lebih dari 8 jam sehari bahkan seharian ada di pasar untuk berdagang sedangkan anak berada di rumah.

Berdasarkan data *Pilot Study* pada 29 ibu yang memiliki anak usia 0-3 tahun di Desa Sungai Nyamuk, masih ada ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya sebesar 24%. Ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti persepsi ibu bahwa menyusui dapat membuat gemuk (45%), payudara kendor (31%), pengetahuan kurang (58.6%), kepercayaan diri untuk menyusui rendah (44.8), dan terdapat 20.7% ibu memberikan susu formula kepada bayinya karena alasan bekerja dan mengikuti tren/teman. Bukan hanya ibu menyusui yang menjadi perhatian namun, kader posyandu juga dalam upaya mendukung keberhasilan ASI eksklusif. Kader berperan dalam pelayanan kesehatan sebagai ujung tombak di masyarakat. Akan tetapi, belum semua kader memahami konsep dari ASI dan menyusui dari pengetahuan maupun keterampilan. Sebesar 57.1% kader memiliki pengetahuan baik dan belum pernah mendapatkan keterampilan terkait teknik menyusui, perawatan payudara, dan pijat oksitosin. Kader belum pernah mendapatkan pendampingan edukasi dan pelatihan terkait *psychological well-being* menyusui. Informasi yang diberikan hanya sebatas pemahaman yang didapatkan dari petugas kesehatan setempat, pengalaman pribadi, dan media informasi cetak maupun *online*. Belum ada media pembelajaran edukasi yang interaktif bagi kader dalam pendidikan kesehatan. Kader hanya sebatas memberikan anjuran kepada ibu menyusui untuk memberikan ASI eksklusif. Oleh karena itu perlunya sebuah intervensi yang terfokus untuk meningkatkan kapasitas kader posyandu yaitu implementasi pemberdayaan menyusui melalui peran kampus ASI untuk mewujudkan generasi emas Indonesia di desa sungai nyamuk kabupaten nunukan wilayah perbatasan Indonesia dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan etrampilan kader dalam pemberian ASI eksklusif, *psychological well-being*, dan pemanfaatan media kreatif.

2. METODE

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan dengan pendekatan pemberdayaan masyarakat melalui penyuluhan/edukasi, pelatihan keterampilan, dan simulasi/demosntrasi untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader tentang ASI eksklusif dan menyusui, *psychological well-being*, dan pemanfaatan media interaktif dalam program peran kampus ASI bagi kader. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan bulan Juli sampai September 2025 yang terdiri dari pembentukan Kampus ASI. Empat kegiatan kampus ASI yaitu penyuluhan edukasi tentang ASI eksklusif dan menyusui, Workshop *psychological well-being* bagi kader, workshop pembuatan media interaktif dan pendampingan pembuatan buku EduLak, dan simulasi keterampilan teknik menyusui, perawatan payudara, pijat oksitosin serta pendampingan *psychological well-being* dan keterampilan bagi kader. Pelaksanaan dilakukan secara *online* melalui *zoom meeting* dan *offline* di Balai Pertemuan Desa Sungai Nyamuk, Kecamatan Sebatik Timur, Kabupaten Nunukan Kalimantan Utara.

Kegiatan ini melibatkan 34 kader posyandu, tim pengabdian berjumlah lima orang yang terdiri dari tiga dosen dan dua mahasiswa. Pelaksanaan pengabdian terdiri dari tiga tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan, dan monitoring evaluasi. Tahapan pertama yaitu mempersiapkan bahan dan instrumen untuk pengabdian yaitu kuesioner pengetahuan tentang ASI eksklusif dan menyusui, kuesioner keterampilan teknik menyusui, perawatan payudara, dan pijat oksitosin, kuesioner pengetahuan *psychological well-being*, dan kuesioner kesejahteraan psikologi bagi kader. Selain itu, tim pengabdian juga membuat modul, buku, dan video keterampilan teknik menyusui, perawatan payudara, dan pijat oksitosin yang digunakan sebagai media dalam kegiatan pengabdian ini. Kegiatan selanjutnya, melakukan rapat koordinasi persiapan pengabdian tentang implementasi pemberdayaan masyarakat melalui peran kampus ASI untuk mewujudkan generasi emas indonesia di desa Sungai Nyamuk dan penyusunan struktur organisasi pelaksana kampus ASI di desa Sungai nyamuk.

Tahapan 2 yaitu pelaksanaan peran kampus ASI dimulai dengan pembentukan kampus ASI. Pembentukan kampus ASI dimulai dengan rapat koordinasi dan sosialisasi pembentukan kampus ASI bersama kader posyandu, bidan desa, dan kepala desa Sungai Nyamuk pada tanggal 28 Juli 2025 secara *online* melalui *zoom meeting*. Penandatanganan dan penyerahan Surat Keputusan (SK) pembentukan kampus ASI pada tanggal 11 Agustus 2025 di balai pertemuan desa Sungai Nyamuk. Setelah kampus ASI terbentuk selanjutnya dilakukan kegiatan kampus ASI dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader tentang ASI dan menyusui, *psychological well-being*, dan pemanfaatan media interaktif. Adapun kegiatan peran kampus ASI yaitu penyuluhan edukasi tentang ASI eksklusif dan menyusui, Workshop *psychological well-being* bagi kader, workshop pembuatan media interaktif dan pendampingan pembuatan buku EduLak, dan simulasi keterampilan teknik menyusui, perawatan payudara, pijat oksitosin serta pendampingan *psychological well-being* bagi kader yang di demonstrasikan langsung ke ibu menyusui.

Kegiatan peran kampus ASI pertama, penyuluhan edukasi tentang ASI eksklusif dan menyusui dan di lanjutkan dengan edukasi keterampilan teknik menyusui, perawatan payudara, dan pijat oksitosin yang dilakukan oleh tim pengabdian kampus ASI pada tanggal 11 Agustus 2025 balai pertemuan desa Sungai Nyamuk. Sebelum pelaksanaan penyuluhan, tim pengabdian memberikan kuesioner *pretest* tentang ASI eksklusif dan menyusui serta kuesioner keterampilan teknik menyusui, perawatan payudara, dan pijat oksitosin kepada 34 kader untuk mengukur pengetahuan dan keterampilan kader. Kegiatan ini juga melibatkan konselor ASI dimana konselor ASI memberikan materi tentang ASI dan menyusui. Kegiatan peran kampus ASI kedua yaitu penyuluhan *psychological well-being* bagi kader yang dilakukan pada tanggal 11 Agustus 2025 di balai pertemuan desa Sungai Nyamuk. Tim pengabdian kampus ASI melakukan penyuluhan tentang *psychological well-being* dan cara pedampingan kepada ibu menyusui. Sebelum dilakukan penyuluhan tim pengabdian memberikan kuesioner *pretest* pengetahuan *psychological well-being breastfeeding* kepada 34 kader untuk menilai pemahaman kader dari aspek psikologis menyusui. Kegiatan ketiga yaitu workshop pembuatan media interaktif dan pendampingan pembuatan buku EduLak yang dilaksanakan pada tanggal 01 September 2025 di balai pertemuan desa Sungai Nyamuk. Dilakukan pendampingan pembuatan media interaktif dan buku untuk membantu kader dalam melakukan penyuluhan dan

promosi kesehatan tentang ASI dan menyusui bagi ibu menyusui. Kegiatan terakhir yaitu simulasi keterampilan teknik menyusui, perawatan payudara, pijat oksitosin serta pendampingan *psychological well-being*. Pelaksanaan ini dilakukan pada tanggal 2 September 2025, setiap kader melakukan demonstrasi langsung kepada ibu menyusui terkait teknik menyusui, perawatan payudara, pijat oksitosin serta pendampingan *psychological well-being*.

Tahap ketiga atau terakhir dari pengabdian ini adalah tim pengabdian kampus ASI melakukan evaluasi dengan memberikan kuesioner *posttest* pengetahuan kader tentang ASI eksklusif dan menyusui, *psychological well-being*, dan kesejahteraan psikologis kader serta keterampilan tentang teknik menyusui, perawatan payudara, dan pijat oksitosin. Ini semua dilakukan untuk mengetahui pengetahuan dan keterampilan kader setelah diberikan penyuluhan dan keterampilan. Selain itu, tim pengabdian melakukan survei kepuasan kegiatan program kampus ASI.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan yaitu implementasi pemberdayaan menyusui melalui peran kampus ASI. Kegiatan ini dimulai dengan pembentukan Kampus ASI dan dilanjutkan dengan kegiatan kampus ASI yang terdiri dari empat kegiatan, yaitu penyuluhan edukasi tentang ASI eksklusif dan menyusui, Workshop *psychological well-being* bagi kader, workshop pembuatan media interaktif dan pendampingan pembuatan buku EduLak, dan simulasi keterampilan teknik menyusui, perawatan payudara, pijat oksitosin serta pendampingan *psychological well-being* bagi kader.

1. Pembentukan Kampus ASI

Tim pengabdian Bersama kader posyandu, bidan desa, dan kepala desa menyusun dan membentuk struktur organisasi kampus ASI dan uraian tugas dari masing-masing peran dalam kampus ASI yang terdiri dari penanggungjawab umum, koordinator kampus ASI, tim pelaksana kampus ASI yaitu ketua, sekretaris, dan anggota kampus ASI. Ini tercantum dalam Surat Keputusan Kepala Desa Sungai Nyamuk Nomor: 141/16/SK/PEM-DSN/VIII/2025 Tentang penetapan Pembentukan Kampus ASI Desa Sungai Nyamuk Kecamatan Sebatik Timur Kabupaten Nunukan Kalimantan Utara.



Gambar 1. Penyerahan SK Pembentukan Kampus ASI

Hasil dari kegiatan pengabdian berbasis masyarakat yang dilakukan dalam implementasi peran kampus ASI kepada 34 kader posyandu desa Sungai Nyamuk dalam upaya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader, yaitu:

1. Pelaksanaan kegiatan kampus ASI

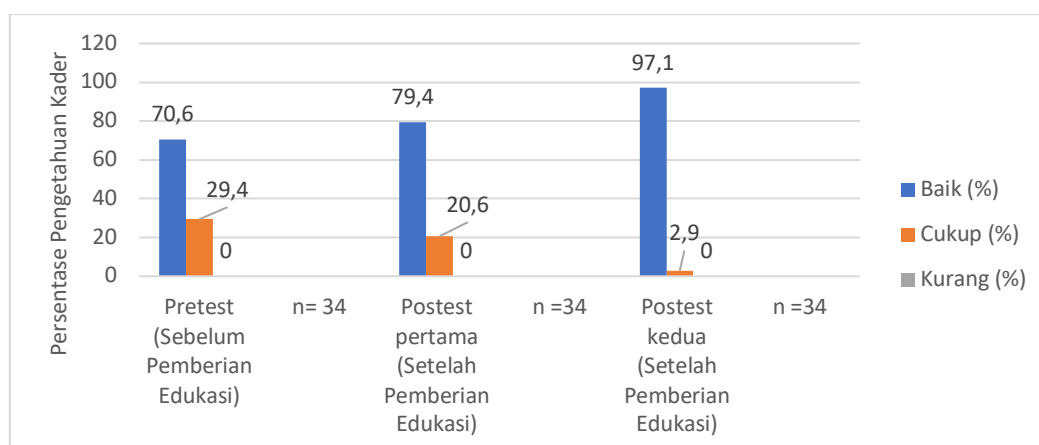
a. Penyuluhan edukasi tentang ASI eksklusif dan menyusui

Kegiatan pertama yaitu penyuluhan edukasi tentang ASI eksklusif dan menyusui. Tim pengabdian memberikan edukasi tentang ASI eksklusif dan menyusui serta pelatihan keterampilan teknik menyusui, perawatan payudara, dan pijat oksitosin serta mengukur *pretest* dan *posttest* pengetahuan dan keterampilan kader. Pada saat kegiatan, semua kader antusias dalam menerima edukasi dan aktif bertanya serta berani menjawab pertanyaan yang diajukan oleh tim pengabdian kampus ASI.



Gambar 2. Tim pengabdian memberikan penyuluhan tentang ASI eksklusif dan menyusui serta keterampilan teknik menyusui, perawatan payudara, dan pijat oksitosin

1) Pengetahuan kader tentang ASI eksklusif dan menyusui



Gambar 3. Pengetahuan Kader Tentang ASI Eksklusif dan Menyusui *Pretest* dan *Posttest*

Pengetahuan kader yang diukur tentang ASI eksklusif dan menyusui meliputi definisi menyusui, proses menyusui, manfaat menyusui, permasalahan pada masa menyusui, teknik menyusui, perawatan payudara, pijat oksitosin, definisi ASI, manfaat ASI, jenis ASI, dan cara memerah/memompa serta menyimpan ASI. Hasil menunjukkan adanya perubahan peningkatan pengetahuan *pretest* (sebelum diberikan edukasi) dan *posttest* (Setelah diberikan edukasi). Sebagian besar kader sebelum diberikan edukasi telah memiliki pengetahuan yang baik tentang ASI eksklusif dan menyusui (70.6%). Namun, masih didapatkan kader yang belum menjawab pertanyaan dengan benar meskipun tidak ada hasil yang menunjukkan pengetahuan kurang (Gambar 3).

Kader diberikan kuesioner *posttest* pertama dan kedua, terdapat peningkatan yang signifikan pada pengetahuan kader yaitu *posttest* pertama sebesar 79.4% dan *posttest* kedua sebesar 97.1% (Gambar 3). Artinya setelah diberikan *posttest* kedua hampir semua kader posyandu memiliki pengetahuan yang baik tentang ASI eksklusif dan menyusui. Hal ini membuktikan bahwa pemberian edukasi kesehatan efektif dapat meningkatkan pengetahuan.

Edukasi merupakan sebuah metode intervensi yang strategis untuk meningkatkan pengetahuan kader dan memiliki dampak yang signifikan terhadap sikap kader tentang ASI eksklusif (Widita et al., 2020). Pemberian edukasi dapat meningkatkan pengetahuan kader tentang pemberian ASI eksklusif serta kader lebih memahami dan siap untuk memberikan promosi kesehatan kepada ibu menyusui (Juniyati et al., 2024). Pendidikan kesehatan secara signifikan meningkatkan pengetahuan tentang menyusui eksklusif dan menghasilkan keyakinan dan praktik menyusui yang lebih baik (Shalaby et al., 2019). Pendidikan kesehatan juga meningkatkan pemahaman tentang manfaat dan teknik tepat tentang menyusui serta menumbuhkan komitmen serta mengatasi kesenjangan pengetahuan (Firawati et al., 2023).

Simpulan, terdapat peningkatan pengetahuan kader sebelum dan setelah pemberian edukasi tentang ASI eksklusif dan menyusui. Hampir semua kader memiliki pengetahuan baik setelah diberikan *posttest*. Oleh karena itu pemberian edukasi dapat meningkatkan pemahaman kader dalam memberikan penyuluhan dan mempromosikan ASI eksklusif dan menyusui kepada ibu menyusui.

2) Pengetahuan Kader Teknik Menyusui, Perawatan Payudara, Pijat Oksitosin

Tabel 1. Pengetahuan Kader Teknik Menyusui, Perawatan Payudara, Pijat Oksitosin *Pretest* dan *Posttest*

Keterampilan	<i>Pretest</i>			<i>Posttest-1</i>			<i>Posttest-2</i>		
	Baik (%)	Cukup (%)	Kurang (%)	Baik (%)	Cukup (%)	Kurang (%)	Baik (%)	Cukup (%)	Kurang (%)
Teknik Menyusui	14.7	67.6	17.6	20.6	67.6	11.8	52.9	44.1	2.9
Perawatan Payudara	73.5	23.5	3	85.3	5.9	8.8	97.1	2.9	0
Pijat Oksitosin	38.2	61.8	0	55.9	44.1	0	73.5	26.5	0

Pengetahuan ini terfokus pada pemahaman kader tentang teknik menyusui, perawatan payudara, dan pijat oksitosin sebelum dan setelah pemberian edukasi. Tim pengabdian memberikan edukasi, menampilkan video keterampilan teknik menyusui, perawatan payudara, dan pijat oksitosin untuk mempermudah pemahaman kader dalam memahami langkah-langkahnya dan dapat menerapkannya. Selain itu, kader membuat video sendiri tentang teknik menyusui, perawatan payudara, dan pijat oksitosin untuk mempermudah pemahaman kader dalam penerapannya serta dapat digunakan sebagai media interaktif dalam memberikan penyuluhan kepada ibu menyusui.

Sebagian besar kader telah memahami dengan baik perawatan payudara (73.5%) sebelum diberikan edukasi. Pengetahuan kader tentang teknik menyusui setengah dari responden memiliki pengetahuan cukup (67.6%) dan pijat oksitosin (61.8%). Meskipun demikian, masih ditemukan kader yang memiliki pengetahuan kurang. Terjadi peningkatan pengetahuan kader setelah diberikan *posttest* sebanyak dua kali. Hampir semua responden memiliki pengetahuan baik tentang perawatan payudara (97.1%) meningkat dari *posttest* pertama (85.3%) dan pijat oksitosin pada *posttest* kedua (73.5%), ini juga mengalami peningkatan dari *posttest* pertama (55.9%). Namun masih ditemukan pengetahuan kader kurang (2.9%) setelah diberikan *posttest* kedua (Tabel 1). Kader harus terus belajar mengupgrade ilmu pengetahuan dan keterampilannya. Ini dapat dilakukan dengan pemanfaatan kampus ASI.

3) Keterampilan Kader tentang teknik menyusui, perawatan payudara, pijat oksitosin

Tabel 2. Keterampilan Kader Tentang Teknik Menyusui, Perawatan Payudara, Pijat Oksitosin *Pretest* dan *Posttest*

Keterampilan	Pre (Sebelum Pemberian Edukasi Dan Video) n= 34			Post (Setelah Pemberian Edukasi Dan Video) n =34		
	Baik (%)	Cukup (%)	Kurang (%)	Baik (%)	Cukup (%)	Kurang (%)
Teknik Menyusui	50	50	0	76.5	23.5	0
Perawatan Payudara	20.6	0	79.4	82.4	17.6	0
Pijat Oksitosin	0	0	0	85.3	14.7	0

Kegiatan pengabdian masyarakat ini juga menilai keterampilan kader tentang teknik menyusui, perawatan payudara, dan pijat oksitosin. Tim pengabdian memberikan edukasi dan keterampilan kepada kader dengan melakukan observasi *pretest* dan *posttest* melalui simulasi atau demonstrasi. Ketiga bagian ini meruakan hal yang penting dalam membantu mempelancar produksi ASI dan mencegah permasalahan selama masa menyusui. Berdasarkan tabel 1, sebelum kader mendapatkan pelatihan tentang keterampilan teknik menyusui rata-rata kader sudah memahami dengan baik keterampilan teknik menyusui (50%) dan setelah diberikan edukasi dan pelatihan didapatkan adanya peningkatan keterampilan sebesar 76.5% dengan katagori baik

(table 2). Tidak ada keterampilan yang kurang sebelum maupun setelah diberikan edukasi dan pelatihan.

Hasil observasi *pretest* teknik menyusui masih banyak kader yang kurang tepat cara memegang payudara saat menyusui yaitu belum berbentuk huruf C dan posisi kaki masih menggantung atau menjinjit bahkan ada yang menyilang. Teknik menyusui adalah suatu cara menyusui dengan posisi dan pelekatan menyusui yang benar dimana kepala dan badan bayi berada dalam satu garis lurus dengan posisi wajah bayi menghadap payudara ibu dan hidung tepat berada di depan puting, mulut bayi terbuka dan pastikan bagian areola mammae masuk semua ke mulut bayi dan menyisahkan sedikit ruang di bagian atas areola, serta bibir bawah bayi melipat keluar dan ibu menggendong badan bayi secara utuh dengan posisi badan bayi menempel ke badan ibu (Kementerian Kesehatan RI, 2024a).

Hasil pengabdian yang dilakukan Sari, *et al.*, terdapat peningkatan keterampilan kader dalam teknik menyusui setelah diberikan edukasi. Kader dapat menerapkan dengan baik dan ibu pasca persalinan yang diberikan edukasi oleh kader memberikan dampak yang positif berupa ibu menyusui dapat melakukan teknik menyusui dengan baik dan benar (Sari *et al.*, 2022). Hal ini sama dengan Hairunisyah, *et al.*, terdapat peningkatan yang signifikan dalam keterampilan dan pengetahuan kader setelah diberikan pelatihan teknik menyusui serta kader menunjukkan sikap yang baik dalam mendukung keberhasilan menyusui (Hairunisyah *et al.*, 2024). Sehingga edukasi dan pelatihan keterampilan tentang teknik menyusui penting diberikan kepada kader. Kader dapat menerapkan kepada ibu menyusui cara menyusui yang baik dan benar mulai dari posisi sampai perlekatan sehingga dapat mencegah terjadinya permasalahan atau ketidaknyamanan saat menyusui yang bisa menjadi faktor penyebab kegagalan pemberian ASI eksklusif.

Keterampilan kedua yang diberikan kepada kader adalah perawatan payudara. Hasil menunjukkan terjadi peningkatan sebelum (20.6%) dan setelah pemberian edukasi dan pelatihan keterampilan perawatan payudara (82.4%) dengan katagori baik (tabel 2). Sebagian besar kader belum pernah mendapatkan keterampilan khusus tentang perawatan payudara dan apa saja yang harus disiapkan saat melakukan perawatan payudara. Selama ini kader belum pernah memberikan penyuluhan tentang perawatan payudara kepada ibu menyusui dan hanya melakukan secara mandiri untuk diri sendiri. Setelah diberikan edukasi dan pelatihan, kader dapat melakukan dengan baik langkah-langkah perawatan payudara dan dapat memberikan penjelasan kepada ibu menyusui.

Keterampilan ketiga yang diberikan adalah pijat oksitosin. Semua kader belum pernah mendapatkan edukasi dan pelatihan keterampilan tentang pijat oksitosin. Setelah diberikan edukasi dan pelatihan terjadi peningkatan keterampilan kader dari yang tidak mengetahui caranya menjadi dapat melakukan dengan baik (85.3%) dan tidak ada kader yang memiliki keterampilan kurang (tabel 2). Kader dapat menerapkan dengan baik keterampilan pijat oksitosin serta komunikatif. Sama dengan hasil pengabdian yang dilakukan Hairunisyah, *et al.*, kader yang mendapatkan pelatihan keterampilan pijat oksitosin menunjukkan hasil yang efektif dan dapat menerapkannya dengan baik (Hairunisyah *et al.*, 2024). Pijat oksitosin dan perawatan payudara dapat meningkatkan produksi ASI dan membantu mengatasi permasalahan seperti ASI tidak lancar keluar (Triansyah *et al.*, 2021). Hampir semua kader dapat melaksanakan langkah-langkah teknik menyusui, perawatan payudara, dan pijat oksitosin dengan baik serta komunikatif meskipun beberapa langkah masih perlu diingatkan. Oleh karena itu, kader harus terampil dalam hal ini dan mengajarkan kepada ibu menyusui, suami, dan keluarga.

Pendidikan kesehatan dan dukungan dari layanan kesehatan dapat meningkatkan kepercayaan diri dan niat menyusui bagi ibu sehingga edukasi secara signifikan dapat mempengaruhi keberhasilan menyusui (Wu *et al.*, 2021). Selain itu, pelatihan yang diberikan kepada kader dapat meningkatkan sikap, persepsi dan kepercayaan diri kader sehingga kader lebih meahami dan siap (Siswati *et al.*, 2022). Kader dapat membantu dalam mempromosikan kesehatan dan memberikan sosialisasi kepada ibu menyusui dan mendampingi ibu selama masa

menyusui karena salah satu tugas kader adalah dapat memberikan penyuluhan tentang ASI kepada ibu menyusui.

b. *Psychological well-being* bagi kader

Keberhasilan menyusui sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologis ibu, seperti kecemasan dan dukungan sosial. Oleh karena itu, penting bagi kader untuk memiliki pemahaman dan kemampuan dalam aspek *psychological well-being* (PWB) agar dapat memberikan dukungan yang lebih komprehensif. Workshop ini dirancang untuk meningkatkan *psychological well-being* kader sehingga mereka mampu menjadi pendamping yang efektif dalam membangun kepercayaan diri ibu menyusui dan membantu mengatasi berbagai tantangan.

Pelaksanaan workshop dilakukan dalam tiga tahapan utama pemberian *pretest* mencakup enam dimensi PWB (kemandirian, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan penerimaan diri) yang disesuaikan dengan konteks ibu menyusui. Materi pelatihan juga disiapkan secara interaktif. Workshop dilaksanakan dalam satu sesi penuh. Di awal sesi, peserta mengisi pre-test untuk mengukur tingkat *psychological well-being* awal mereka. Kemudian, materi inti disampaikan melalui ceramah, diskusi, dan simulasi. Fokus utama materi adalah bagaimana setiap dimensi *psychological well-being* dapat diterapkan oleh kader untuk mendukung ibu menyusui. Di akhir sesi, peserta mengisi *posttest* sebagai alat evaluasi. Selanjutnya efektivitas workshop diukur dengan membandingkan hasil *pretest* dan *posttest*.

Tabel 3. Pengetahuan Kader Tentang *psychological well-being*

Pengetahuan	Baik (%)	Cukup (%)	Kurang (%)
<i>Pretest</i>	58.8	41.2	0
<i>Posttest</i>	94.1	5.9	0

Hasil Analisis menunjukkan peningkatan signifikan pada tingkat PWB para kader. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan drastis pada *psychological well-being* kader setelah mengikuti workshop. Pada *pretest*, mayoritas kader (58,8%) memiliki *psychological well-being* "baik," namun masih ada 41,2% yang berada di kategori "cukup". Setelah workshop, terjadi pergeseran besar, di mana 94,1% kader mencapai tingkat PWB "baik," dan hanya 5,9% yang tersisa di tingkat "cukup" (Tabel 3)

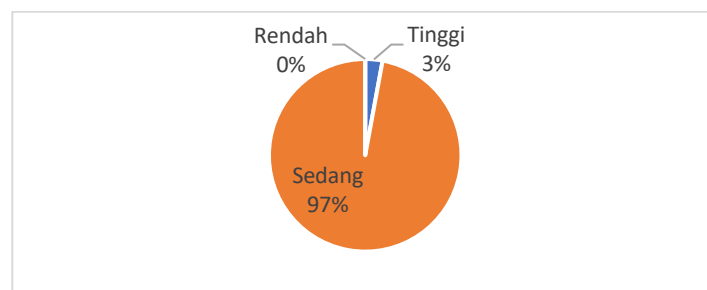
Peningkatan ini sejalan dengan penelitian yang menyoroti pentingnya *psychological well-being* dalam menghadapi tantangan, terutama dalam konteks kesehatan. *Psychological well-being* sangat diperlukan oleh ibu hamil dan menyusui untuk bisa melewati kondisi penuh ketidakpastian (Hernanto et al., 2022). Hasil workshop *psychological well-being* kader berhasil ditingkatkan, membekali mereka dengan "pengetahuan" psikologis yang sama yang mereka butuhkan untuk membantu para ibu.



Gambar 4. Tim Pengabdian Memberikan workshop *psychological well-being* bagi kader

Peningkatan PWB pada kader dapat meningkatkan efikasi diri mereka sendiri, yang secara tidak langsung membuat mereka lebih percaya diri dalam memberikan bimbingan. Hal ini sejalan dengan penelitian Sanjaya, et al., efikasi diri ibu sangat penting dalam penanganan tantangan menyusui (Sanjaya et al., 2021). Kader yang percaya diri dapat menularkan energi positif ini kepada para ibu.

Selain itu membekali kader dengan pemahaman untuk membantu ibu menyusui mengambil keputusan sendiri (kemandirian) dan mengelola lingkungan mereka (penguasaan lingkungan) agar tidak merasa kewalahan. Hal ini krusial karena sering kali ibu merasa tertekan oleh saran dari berbagai pihak. Kader yang memiliki *psychological well-being* tinggi dapat mencontohkan cara membangun relasi yang sehat, sehingga dapat mendorong ibu menyusui untuk mencari dukungan dari suami, keluarga, atau komunitas tanpa rasa takut dihakimi.



Gambar 5. Kesejahteraan Psikologis Kader

Pelaksanaan workshop PWB terbukti efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis kader posyandu. Rata-rata kader memiliki kesejahteraan psikologis sedang sebesar 97% (Gambar 5), artinya kader harus memiliki tujuan yang jelas dan mengelola permasalahan psikologis yang dialaminya dengan baik karena ini menjadi sebuah tantangan dan ketidakseimbangan. Meskipun demikian secara keseluruhan kesejahteraan psikologis ini dapat di tingkatkan dengan kepercayaan dan afirmasi positif dari kader sendiri. Peningkatan ini tidak hanya bermanfaat bagi diri mereka sendiri, tetapi juga membekali kader dengan pemahaman dan kemampuan yang didukung untuk memberikan dukungan psikologis yang holistik kepada ibu menyusui

c. Pembuatan media interaktif dan pendampingan pembuatan buku EduLak



Gambar 6. Tim Pengabdian Memberikan workshop pembuatan media interaktif dan pendampingan pembuatan buku EduLak

Tim pengabdian masyarakat memberikan workshop dan pendampingan pembuatan media interaktif dengan memberikan contoh cara pembuatan video dan buku untuk media penyuluhan dan promosi kesehatan. Pada saat pelaksanaan, kader sangat antusias dan mencoba membuat media pembelajaran interaktif dari video keterampilan teknik menyusui yang telah dibuat serta mencoba membuat template materi menggunakan aplikasi canva. Metode pendidikan kesehatan interaktif terbukti efektif membantu dan mempersiapkan untuk menyusui (Firawati et al., 2023). Pelaksanaan kampus ASI ini tidak hanya berupa materi tentang ASI dan menyusui melainkan juga memberikan pendampingan pembuatan media interaktif untuk digunakan kader dalam melaksanakan promosi kesehatan serta penerapan komunikasi efektif.

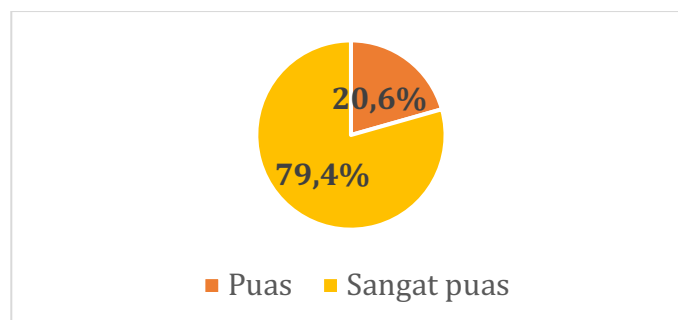
d. Simulasi keterampilan teknik menyusui, perawatan payudara, pijat oksitosin serta pendampingan *psychological well-being* bagi kader yang di demonstrasikan langsung ke ibu menyusui.



Gambar 7. Kader Melakukan Demonstrasi

Kegiatan kampus ASI yang terakhir adalah melakukan demonstrasi langsung kepada ibu menyusui terkait teknik menyusui yang baik dan benar, perawatan payudara, dan pijat oksitosin serta pendampingan *psychological well-being* dengan memanfaatkan media pembelajaran interaktif. Kader dapat melakukan dengan baik dan ibu menyusui dapat memahami penjelasan yang diberikan oleh kader (gambar 7)

Tim pengabdian melakukan survei kepuasan kader terhadap kegiatan program kampus ASI kepada 34 kader posyandu, hasil survei menunjukkan 79.4% kader merasa puas dan 20.6% sangat puas dalam kegiatan kampus ASI ini (Gambar 8). Selama pelaksanaan kegiatan kampus ASI, semua kader antusias dan merasa senang telah diberikan edukasi, keterampilan, dan pendampingan tentang ASI eksklusif dan menyusui, pengenalan konsep *psychological well-being*, dan pendampingan pembuatan media interaktif yang membantu dalam mempersiapkan materi dan penyuluhan kepada ibu menyusui yang merupakan bagian dari keterampilan yang harus dimiliki oleh kader.



Gambar 9. Survei Kepuasan Kader dalam kegiatan Kampus ASI

Rangkaian kegiatan peran kampus ASI efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan bagi kader serta kader siap menjadi kader kampus ASI untuk mendukung keberhasilan ASI eksklusif, dan meningkatkan kesejahteraan ibu menyusui sehingga dapat mencegah secara dini risiko dan permasalahan terkait menyusui secara fisiologi maupun psikologi.

Kegiatan kampus ASI merupakan sebuah pusat edukasi, informasi, pelatihan, dan penyuluhan bagi kader tentang ASI dan menyusui. Tujuannya untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam memantau pemberian ASI eksklusif serta menumbuhkan kepercayaan diri ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Kampus ASI sebagai wadah integrasi bagi kader untuk mendapatkan pengetahuan dan pelatihan penyuluhan terkait ASI dan menyusui bisa memberikan peluang lebih kepada kader. Melalui kampus ASI diharapkan lebih mempermudah kader dalam mendapatkan edukasi dan keterampilan yang dapat digunakan saat penyuluhan di posyandu.

4. KESIMPULAN

Hampir semua kader memiliki pengetahuan yang baik tentang ASI eksklusif dan menyusui serta keterampilan teknik menyusui, perawatan payudara, dan pijat oksitosin. Dari aspek psikologis

didapatkan sebagian besar kader telah memahami tentang *psychological well-being* dan memiliki kesejahteraan psikologis yang sedang. Meskipun demikian kepercayaan diri dalam menyusui sangat penting sebagai modal utama dalam mencapai keberhasilan menyusui. Kader berperan penting dalam memberikan dan mendampingi ibu menyusui untuk memiliki afirmasi positif dari sisi psikologis saat menyusui. Kader juga dapat memanfaatkan media pembelajaran interaktif dalam kegiatan memberikan penyuluhan dan promosi kesehatan bagi ibu menyusui untuk memberikan ASI eksklusif sampai usia enam bulan. Hal ini dapat ibu kader lakukan dengan memanfaatkan sebuah inovasi untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader khususnya dalam ASI dan menyusui melalui peran Kampus ASI.

Kader sebagai garda terdepan di masyarakat memiliki peranan yang penting dalam keberhasilan ASI eksklusif. Kader memiliki peranan penting dalam pelayanan kesehatan masyarakat di Desa. Kader memiliki kontribusi besar dalam membantu permasalahan gizi anak yaitu pemberian ASI eksklusif. Harapannya Kader dapat memberdayakan masyarakat dalam mendorong perilaku sehat dan mampu membantu memecahkan permasalahan menyusui yang ada di masyarakat

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktorat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, Direktorat Jenderal Riset dan Pengembangan, Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains dan Teknologi Sesuai Kontrak Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat Nomor: 059/C3/DT.05.00/PM/2025 sebagai pemberi dana yang telah mendukung pendanaan pengabdian dalam kegiatan program Pemberdayaan Berbasis Masyarakat ini. Terima kasih juga disampaikan kepada Universitas Borneo Tarakan khususnya LPPM UBT atas dukungan dan fasilitas yang diberikan. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada masyarakat dan mitra yang telah berpartisipasi aktif sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik dan memberi manfaat nyata.

DAFTAR PUSTAKA

- An, A. D., Wahyuni, A., Cahyawati, F. E., Azzahari, N. I., Putri, S. R., Prameswari, M. D., & Rosas, S. S. (2024). Factors influencing exclusive breastfeeding practice in Sleman, Yogyakarta. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 9(2), 290–296. <https://doi.org/10.30867/ACTION.V9I2.1629>
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Nunukan. (2024). *Kecamatan Sebatik Timur Dalam Angka* (Vol. 11). Badan Pusat Statistik Kabupaten Nunukan.
- Biro Pusat Statistik (BPS): Susenas Konsumsi dan Pengeluaran (National Socioeconomic Survey on Consumption and Expenditure). (2023). *Nunukan – Food Systems Dashboard*. <https://dsp.bappenas.go.id/regions/kalimantan-utara/nunukan#age-0-5-months-exclusive-breastfeeding-0-5-months>
- Firawati, F., Hasnaeni, H., Kasim, J., A, A., & Kadrianti, E. (2023). Health Education about Preparation of Exclusive Breastfeeding for Pregnant Women. *Room of Civil Society Development*, 2(6), 213–218. <https://doi.org/10.59110/RCSD.243>
- Gayatri, M. (2021). Exclusive Breastfeeding Practice in Indonesia: A Population-Based Study. *Korean Journal of Family Medicine*, 42(5), 395. <https://doi.org/10.4082/KJFM.20.0131>
- Hairunisyah, R., Rosdiana, R., & Khairunisyah, K. (2024). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu dalam Upaya Meningkatkan Produksi ASI Ibu Menyusui dengan Teknik Massage Oketani dan Oksitosin di Poskesdes Muara Enim. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(12), 5223–5233. <https://doi.org/10.33024/JKPM.V7I12.18073>
- Hernanto, F. F., Yaner, N. R., & Permana, R. A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Psychological Well Being Ibu Hamil dan Ibu Menyusui Saat Masa Pandemi COVID-19 di Surabaya. *NERSMID: Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 5(2), 235–246. <https://doi.org/10.55173/NERSMID.V5I2.141>
- Johan, R. B., Nur Indah Noviyanti, Teresia Suminta Rotua Situmorang, & Mufdlilah. (2024). Knowledge of Exclusive Breastfeeding Among Adolescent Mothers in Primary Health Tarakan, North

- Kalimantan, Indonesia. *Pancasakti Journal Of Public Health Science And Research*, 4(3), 97–105. <https://doi.org/10.47650/PJPHSR.V4I3.1728>
- Johan, R. B., Teresia Suminta Rotua Situmorang, Mufdlilah, Nur Indah Noviyanti, & Dessy Hertati. (2025). Factors Associated with Exclusive Breastfeeding Practice In Adolescent Mothers, North Kalimantan, Indonesia. *Placentum: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 13(1). <https://doi.org/10.20961/PLACENTUM.V13I1.94006>
- Junarti, D., Raharjo, B. B., & Rahayu, R. (2020). Role Factors That Affecting Non Exclusive Breastfeeding (Qualitative Study At Pegandan Health Center). *Public Health Perspectives Journal*, 5(2), 2020–2119. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/phpj>
- Juniyati, Pudjiati, W., & Sari, K. (2024). Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Kader Tentang Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi. *Jurnal Keperawatan*, 14(1), 35–43. <https://doi.org/10.59870/JURKEP.V14I1.150>
- Kementerian Kesehatan RI. (2024a). *Buku Kesehatan Ibu dan Anak*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2024b). *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Kementerian Kesehatan RI.
- Mufdlilah, & Reza Bintangdari Johan. (2022). *Menyusui Usia Muda dan Metode alamiah Laktasi*. Depublish.
- Sanjaya, R., Effendi, J. S., Pribadi, A., & Artikel, R. (2021). Hubungan Kecemasan Ibu dan Dukungan Suami dengan Efikasi Diri Ibu Untuk Menyusui. *Midwifery Journal / Kebidanan*, 6(1), 28–33.
- Sari, W. I. P. E., Kurniyati, & Yennu Puspita. (2022). Pembentukan Kader Laktasi Untuk Meningkatkan Keterampilan Menyusui Pada Ibu Nifas. *Rambideun : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), 197–07.
- Shah, R., Sabir, S., & Alhawaj, A. F. (2022). Physiology, Breast Milk. In *StatPearls*. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK539790/>
- Shalaby, H. A., Obaid, R. A., Alharthi, R. H., Barayan, M. M., Bagabas, N. S., Battarjee, R. M., Baroom, N. A., & Tallab, M. A. (2019). Health education role in promoting mothers' beliefs, knowledge and practice of exclusive breastfeeding among King Fahd Armed Forces Hospital population. *International Journal Of Community Medicine And Public Health*, 6(5), 1853–1862. <https://doi.org/10.18203/2394-6040.IJCMPH20191615>
- Siswati, T., Iskandar, S., Pramestuti, N., Raharjo, J., Primiaji Rialihanto, M., Kharmayana Rubaya, A., Satria Wiratama, B., Unggulan Iptek Inovasi Teknologi Terapan Kesehatan Masyarakat, P., Kesehatan Kemenkes Yogyakarta, P., Bumi No, T., & Litbang Kesehatan Banjarnegara, B. (2022). Effect of a Short Course on Improving the Cadres' Knowledge in the Context of Reducing Stunting through Home Visits in Yogyakarta, Indonesia. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2022, Vol. 19, Page 9843, 19(16), 9843. <https://doi.org/10.3390/IJERPH19169843>
- Triansyah, A., Stang, Indar, Indarty, A., Tahir, M., Sabir, M., Nur, R., Basir-Cyio, M., Mahfudz, Anshary, A., & Rusydi, M. (2021). The effect of oxytocin massage and breast care on the increased production of breast milk of breastfeeding mothers in the working area of the public health center of Lawanga of Poso District. *Gaceta Sanitaria*, 35, S168–S170. <https://doi.org/10.1016/J.GACETA.2021.10.017>
- Widita, P., Antarini, M., Mutia, I., Maulida, N., & Aprimilda, D. (2020). Breastfeeding Education: Its Effect on Cadres Knowledge and Attitudes of Exclusive Breastfeeding. *Atlantis Press*, 25, 262–267. <https://doi.org/10.2991/AHSR.K.200612.035>
- Wu, S. F. V., Chen, S. C., Liu, H. Y., Lee, H. L., & Lin, Y. E. (2021). Knowledge, Intention, and Self-Efficacy Associated with Breastfeeding: Impact of These Factors on Breastfeeding during Postpartum Hospital Stays in Taiwanese Women. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2021, Vol. 18, Page 5009, 18(9), 5009. <https://doi.org/10.3390/IJERPH18095009>