

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Edu-Support: Pemberdayaan Ibu Hamil Trimester III Dan Pasangan Melalui Edukasi Dan Simulasi Menyusui Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Dalam Pemberian ASI Eksklusif

Edu-Support: Empowering Third-Trimester Pregnant Women and Their Partners Through Breastfeeding Education and Simulations to Increase Self-Efficacy in Exclusive Breastfeeding

Desi Yuli Astuti*, Bima Suryantara, Shandy Wigya Mahanani

**Program Studi Kebidanan Program Magister, Stikes Guna Bangsa Yogyakarta
ecy.Fernando@gmail.com**

Abstract

Exclusive breastfeeding for six months is essential for supporting infant growth and health, but its success relies heavily on maternal breastfeeding self-efficacy and partner support. Many third-trimester pregnant women and their partners still lack optimal understanding of proper breastfeeding techniques and the crucial support role of partners. The Community Service (PkM) program EDU-SUPPORT (Education and Support for Breastfeeding) aimed to empower third-trimester pregnant women and their partners through education and breastfeeding simulations to enhance knowledge, practical skills, and breastfeeding self-efficacy. The program utilized an educational, participatory, and hands-on simulation approach involving 25 third-trimester pregnant women and their partners. Knowledge was evaluated using pre-test and post-test measures, while breastfeeding skills were assessed through redemonstration observation. The average knowledge score increased significantly from 62.4 in the pre-test to 87.6 in the post-test (a gain of 25.2 points). The proportion of participants with good knowledge increased from 20% (5 participants) to 88% (22 participants). Skill observation revealed that 22 participants (88%) demonstrated proper breastfeeding techniques, while 3 participants (12%) required further guidance. The intervention effectively increased maternal breastfeeding self-efficacy and partner involvement. The EDU-SUPPORT program serves as an effective promotive and preventive initiative to improve knowledge, practical skills, and maternal breastfeeding self-efficacy while strengthening partner support for exclusive breastfeeding success.

Keywords: *Exclusive Breastfeeding, Breastfeeding Self-Efficacy, Partner Support, Breastfeeding Education, Simulation*

Abstrak

Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan sangat penting untuk mendukung kesehatan dan perkembangan bayi, namun keberhasilannya sangat dipengaruhi oleh *breastfeeding self-efficacy* ibu dan dukungan dari pasangan. Banyak ibu hamil trimester III dan pasangan yang belum memahami secara optimal mengenai teknik menyusui yang benar serta peran dukungan emosional dan praktis dari suami. Program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) EDU-SUPPORT (*Education and Support for Breastfeeding*) bertujuan untuk memberdayakan ibu hamil trimester III dan pasangannya melalui edukasi dan simulasi menyusui guna meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta *breastfeeding self-efficacy*. Kegiatan ini menggunakan pendekatan edukatif, partisipatif, dan praktik langsung/simulasi yang diikuti oleh 25 ibu hamil trimester III beserta pasangan di wilayah binaan. Evaluasi tingkat pengetahuan dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test*, sedangkan keterampilan menyusui dievaluasi melalui observasi redemonstrasi. Terjadi peningkatan rata-rata nilai pengetahuan peserta secara signifikan dari 62,4 pada *pre-test* menjadi 87,6 pada *post-test* (meningkat sebesar 25,2 poin). Proporsi peserta dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 20% (5 orang) menjadi 88% (22 orang). Hasil observasi keterampilan menunjukkan 22 peserta (88%) mampu mempraktikkan teknik menyusui dengan benar dan 3 peserta (12%) masih

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

memerlukan pendampingan. Edukasi dan simulasi juga berhasil meningkatkan *breastfeeding self-efficacy* ibu dan pemahaman peran pasangan. Program EDU-SUPPORT efektif sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan praktis, dan *breastfeeding self-efficacy* ibu serta memperkuat keterlibatan pasangan dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, *Breastfeeding Self-Efficacy*, Dukungan Pasangan, Edukasi, Simulasi Menyusui.

Penulis Korepondensi : Desi Yuli Astuti

I. PENDAHULUAN

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif selama enam bulan merupakan salah satu upaya penting dalam mendukung kesehatan, pertumbuhan, dan perkembangan bayi. Keberhasilan pemberian ASI eksklusif tidak hanya ditentukan oleh pengetahuan ibu mengenai manfaat ASI, tetapi juga oleh kesiapan, keterampilan, pengalaman, serta keyakinan ibu terhadap kemampuan dirinya dalam menyusui atau *breastfeeding self-efficacy*. Hasil *systematic review* dan *meta-analysis* terbaru menunjukkan bahwa berbagai intervensi selama kehamilan dapat meningkatkan *breastfeeding self-efficacy*, dengan jenis intervensi tertentu menunjukkan efek yang lebih besar dibandingkan edukasi rutin (Necipoglu & Bebis, 2025).

Penelitian di Jawa Barat menunjukkan bahwa dukungan paternal yang rendah berkaitan dengan meningkatnya risiko kegagalan pemberian ASI eksklusif, sedangkan keterlibatan ayah dalam perencanaan pemberian ASI dapat membantu meningkatkan dukungan terhadap ibu. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa rendahnya *self-efficacy* ibu merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan kegagalan ASI eksklusif (Pratiwi et al., 2024).

Studi kualitatif di Indonesia menemukan bahwa tidak semua suami memberikan dukungan secara optimal terhadap upaya ibu memberikan ASI eksklusif. Oleh karena itu, tenaga kesehatan perlu memberikan edukasi yang tidak hanya ditujukan kepada ibu, tetapi juga melibatkan suami atau pasangan sejak masa kehamilan (Sabilla et al., 2024). Penelitian eksperimental terbaru menunjukkan bahwa edukasi menyusui berbasis simulasi yang diberikan pada masa antenatal dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, keberhasilan menyusui, dan *breastfeeding self-efficacy* ibu dibandingkan edukasi rutin (Ceylan et al., 2026).

Selain meningkatkan *self-efficacy*, pelatihan berbasis simulasi juga dapat membantu ibu memahami posisi dan pelekatan menyusui yang benar serta mengurangi kesulitan dalam praktik menyusui setelah persalinan. Penelitian dengan model simulasi menyusui menunjukkan bahwa pelatihan praktis dapat meningkatkan keberhasilan menyusui dan skor *breastfeeding self-efficacy* secara signifikan dibandingkan pelatihan standar (2026). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa pelatihan posisi menyusui menggunakan model simulasi dapat meningkatkan *breastfeeding self-efficacy* dan durasi pemberian ASI serta mengurangi masalah menyusui pada ibu (2025). Bukti yang lebih baru juga menunjukkan bahwa intervensi yang secara khusus melibatkan ayah dapat meningkatkan dukungan terhadap ibu dan berkontribusi terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif (2026).

Berdasarkan hasil observasi awal di wilayah desa binaan, masih ditemukan ibu hamil dan pasangan yang belum memahami secara optimal mengenai pentingnya ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, serta bentuk dukungan yang dapat diberikan pasangan kepada ibu selama masa menyusui. Sebagian pasangan masih memandang bahwa proses menyusui merupakan tanggung jawab ibu, sementara peran pasangan dalam memberikan dukungan emosional, membantu pekerjaan rumah tangga, memberikan informasi, mengingatkan kebutuhan ibu, serta menciptakan lingkungan yang nyaman belum dipahami secara menyeluruh. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan terhadap edukasi yang melibatkan ibu dan pasangan secara bersama-sama.

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan program EDU-SUPPORT (*Education and Support for Breastfeeding*), yaitu pemberdayaan ibu hamil trimester III dan pasangan melalui edukasi dan simulasi menyusui untuk meningkatkan *self-efficacy* dalam pemberian ASI eksklusif.

Melalui program EDU-SUPPORT, diharapkan ibu hamil trimester III memiliki pengetahuan, keterampilan, dan *breastfeeding self-efficacy* yang lebih baik sebelum memasuki masa menyusui. Pasangan juga diharapkan mampu memahami perannya sebagai pendukung ibu selama proses menyusui. Dengan demikian, pemberdayaan ibu dan pasangan sejak masa kehamilan dapat menjadi salah satu upaya promotif dan preventif untuk menciptakan lingkungan keluarga yang mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

II. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan PkM EDU-SUPPORT (*Education and Support for Breastfeeding*): Pemberdayaan Ibu Hamil Trimester III dan Pasangan melalui Edukasi dan Simulasi Menyusui untuk Meningkatkan Self-Efficacy dalam Pemberian ASI Eksklusif dilaksanakan dengan metode pemberdayaan masyarakat melalui pendekatan edukatif, partisipatif, dan praktik langsung. Sasaran kegiatan adalah ibu hamil trimester III dan pasangan di wilayah binaan.

Pelaksanaan Edukasi dilakukan dengan memberikan edukasi mengenai pentingnya ASI eksklusif, manfaat ASI bagi ibu dan bayi, persiapan menyusui, *breastfeeding self-efficacy*, teknik menyusui, posisi dan pelekatan yang benar, serta peran pasangan dalam mendukung pemberian ASI eksklusif.

Selanjutnya dilakukn praktik pendampingan dengan cara Ibu hamil dan pasangan melakukan praktik atau *redemonstrasi* teknik menyusui dan bentuk dukungan pasangan dengan bimbingan tim pelaksana. Tim memberikan koreksi dan umpan balik terhadap praktik peserta.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil





Gambar 1 Pelaksanaan Kegiatan Edu Support

Kegiatan ini dilaksanakan selama satu hari yaitu pada tanggal 20 Juni 2026 yang bertempat di Puskesmas Tampara Kabupaten Wakatobi, yang diikuti oleh 25 ibu hamil trimester III dan pasangan sebagai sasaran utama program. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pemberian *pre-test* untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta. peserta mengikuti demonstrasi dan simulasi menyusui menggunakan alat peraga/model bayi. Ibu hamil diberikan kesempatan untuk mempraktikkan kembali posisi dan pelekatan menyusui, sedangkan pasangan diberikan kesempatan untuk melakukan simulasi bentuk dukungan yang dapat diberikan kepada ibu selama proses menyusui. Pada akhir kegiatan dilakukan *post-test* dan evaluasi keterampilan untuk mengetahui ketercapaian tujuan program.

Distribusi tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1 Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi

Kategori Pengetahuan	Pre-test	Post-test
Baik (76–100)	5 orang (20%)	22 orang (88%)
Cukup (56–75)	12 orang (48%)	3 orang (12%)
Kurang (<56)	8 orang (32%)	0 orang (0%)
Total	25 orang (100%)	25 orang (100%)

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan hasil bahwa sebelum dilakukan edukasi maka ibu dengan pengetahuan yang bertambah baik sebanyak 5 orang (20%) dan ibu yang mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 8 orang (32%), dan yang lain mempunyai pengetahuan cukup sebanyak 12 orang (48%). Setelah dilakukan edukasi maka sebanyak 22 orang ibu mempunyai pengetahuan baik (88%), dan 3 orang (12%) mempunyai pengetahuan cukup. Nilai rata-rata *pre-test* peserta adalah 62,4, sedangkan nilai rata-rata *post-test* meningkat menjadi 87,6. Dengan demikian, terjadi peningkatan nilai rata-rata sebesar 25,2 poin setelah diberikan edukasi dan simulasi.

Hasil observasi keterampilan juga menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil mampu mempraktikkan posisi dan pelekatan menyusui dengan benar sesuai prosedur yang telah diajarkan. Sebanyak 22 peserta (88%) mampu melakukan praktik dengan benar, sedangkan 3 peserta (12%) masih memerlukan pendampingan pada beberapa tahapan.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

2. Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa program EDU-SUPPORT melalui edukasi dan simulasi menyusui mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil trimester III dan pasangan mengenai persiapan pemberian ASI eksklusif. Peningkatan nilai rata-rata dari 62,4 pada *pre-test* menjadi 87,6 pada *post-test* menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi berbasis *Family Centered Maternity Care* dapat meningkatkan pengetahuan dan *self-efficacy* ibu dalam pemberian ASI (Rahmayanti et al., 2023).

Pendekatan berbasis simulasi dapat memberikan pengalaman belajar yang lebih konkret sehingga peserta dapat memahami keterampilan menyusui secara lebih sistematis. Penelitian terbaru mengenai edukasi menyusui berbasis simulasi menunjukkan adanya peningkatan *breastfeeding self-efficacy* dan keterampilan menyusui setelah peserta memperoleh pengalaman praktik secara langsung (Ceylan et al., 2026).

Keberhasilan program juga terlihat dari peningkatan *breastfeeding self-efficacy* ibu. Setelah mengikuti edukasi dan simulasi, ibu memperoleh kesempatan untuk mencoba teknik menyusui dan mendapatkan umpan balik dari tim pelaksana. Pengalaman tersebut dapat membantu membangun keyakinan ibu bahwa dirinya mampu melakukan proses menyusui dengan benar. *Breastfeeding self-efficacy* merupakan aspek penting dalam kesiapan menyusui karena berkaitan dengan keyakinan ibu dalam menghadapi berbagai situasi dan hambatan selama pemberian ASI. Penelitian di Indonesia juga menunjukkan adanya hubungan antara dukungan suami dengan *breastfeeding self-efficacy* dalam pemberian ASI (Helfiva et al., 2022).

Hasil observasi keterampilan menunjukkan bahwa 22 peserta (88%) mampu melakukan praktik teknik menyusui dengan benar, sedangkan 3 peserta (12%) masih memerlukan pendampingan pada beberapa tahapan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa demonstrasi yang dilanjutkan dengan redemonstrasi dapat membantu peserta mengubah pengetahuan menjadi keterampilan praktis. Peserta dapat secara langsung mengetahui kesalahan posisi atau pelekatan dan memperoleh koreksi dari tim pelaksana. Dengan demikian, metode praktik langsung menjadi bagian penting dalam kegiatan EDU-SUPPORT karena keterampilan menyusui tidak cukup hanya dipahami melalui penjelasan teoritis.

Keterlibatan pasangan dalam kegiatan juga menjadi salah satu aspek penting dalam program EDU-SUPPORT. Pasangan tidak hanya diberikan informasi mengenai ASI eksklusif, tetapi juga dilibatkan dalam simulasi bentuk dukungan kepada ibu. Dukungan tersebut dapat berupa dukungan emosional, membantu pekerjaan rumah tangga, membantu memenuhi kebutuhan ibu, memberikan motivasi, serta membantu menciptakan lingkungan yang nyaman selama proses menyusui. Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa dukungan orang tua, termasuk dukungan ayah, berkaitan dengan praktik pemberian ASI eksklusif dan bahwa keterlibatan keluarga perlu diperhatikan dalam upaya mendukung keberhasilan menyusui (Sartika et al., 2024).

Tingginya keterlibatan peserta selama kegiatan turut mendukung pencapaian program. Penggunaan leaflet EDU-SUPPORT dan alat peraga simulasi membantu peserta memperoleh informasi secara visual sekaligus pengalaman praktik. Leaflet juga dapat digunakan kembali di rumah sebagai panduan bagi ibu dan pasangan untuk mengingat materi yang telah diberikan. Pemberian media edukasi yang dapat dipelajari secara mandiri menjadi penting karena proses persiapan menyusui tidak berhenti setelah kegiatan selesai, tetapi berlanjut hingga ibu memasuki masa postpartum.

Meskipun hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan *breastfeeding self-efficacy*, kegiatan ini memiliki beberapa keterbatasan. Evaluasi dilakukan dalam waktu yang relatif dekat setelah pemberian edukasi sehingga belum dapat memastikan apakah peningkatan pengetahuan dan *self-efficacy* tersebut dapat dipertahankan dalam jangka panjang. Selain itu, kegiatan belum

melakukan pemantauan sampai periode postpartum sehingga belum dapat menilai secara langsung apakah peningkatan self-efficacy dan keterampilan tersebut berlanjut menjadi praktik pemberian ASI eksklusif sampai usia enam bulan.

Secara keseluruhan, program EDU-SUPPORT telah mencapai tujuan utama kegiatan, yaitu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan breastfeeding self-efficacy ibu hamil trimester III serta meningkatkan keterlibatan pasangan dalam persiapan pemberian ASI eksklusif. Pendekatan edukasi yang dipadukan dengan simulasi dan keterlibatan pasangan dapat menjadi salah satu bentuk pemberdayaan yang dapat dikembangkan secara berkelanjutan melalui kerja sama dengan tenaga kesehatan, bidan desa, dan kader untuk mendukung kesiapan keluarga dalam pemberian ASI eksklusif

IV. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) EDU-SUPPORT: Pemberdayaan Ibu Hamil Trimester III dan Pasangan melalui Edukasi dan Simulasi Menyusui untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* dalam Pemberian ASI Eksklusif telah terlaksana dengan baik dan diikuti oleh 25 ibu hamil trimester III dan pasangan sebagai peserta kegiatan. Nilai rata-rata pengetahuan peserta meningkat dari 62,4 pada *pre-test* menjadi 87,6 pada *post-test*, atau mengalami peningkatan sebesar 25,2 poin. Selain itu, hasil observasi menunjukkan bahwa 22 peserta (88%) mampu mempraktikkan teknik menyusui dengan benar, sedangkan 3 peserta (12%) masih memerlukan pendampingan pada beberapa tahapan. Dengan demikian, program EDU-SUPPORT dapat menjadi salah satu upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan *breastfeeding self-efficacy* ibu serta memperkuat peran pasangan dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisa, Ceylan, S., Pardes, B. B., Erdoğan, E. N., Güvenç, G., Kök, G., Kurt, G., et al. (2026). Determination of the effect of simulation-based and booklet-based training on breastfeeding self-efficacy and breastfeeding problems: A randomized controlled study. *Nutrition*, 150, 113307. <https://doi.org/10.1016/j.nut.2026.113307>
- Helfiva, S., Az-zahra, S., Halifah, E., & Fitri, A. (2022). Hubungan dukungan suami dengan *breastfeeding self-efficacy* dalam pemberian ASI di wilayah kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh. *Jurnal Perawat Indonesia*, 6(3). <https://doi.org/10.32584/jpi.v6i3.1879>
- Kabariyah, K., & Anggorowati, A. (2023). *Breastfeeding self-efficacy* di wilayah kerja Puskesmas Batang 1. *Holistic Nursing and Health Science*, 6(1), 12–18. <https://doi.org/10.14710/hnhs.6.1.2023.12-18>
- Rahmayanti, R., Oktafia, R., & Wahyuni, F. (2023). Education package based on *Family Centered Maternity Care* to increase self-efficacy and knowledge of breastfeeding mothers in the COVID pandemic. *Medical Journal of Malaysia*, 78(4), 530–533.
- Sartika, R. A. D., Wirawan, F., Gunawan, W., Putri, P. N., & Shukri, N. H. M. (2024). Parental support and exclusive breastfeeding at 3 months in West Java, Indonesia: A mixed-methods approach. *Clinical and Experimental Pediatrics*, 67(7), 358–367. <https://doi.org/10.3345/cep.2023.01375>
- Suja, M. D. D., Roslina, R., Sudarmi, S., & Sulistianingrum, L. (2023). *Breastfeeding self-efficacy* dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif di Kota Bandar Lampung. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(3).
- Wahida, W., Heyrani, H., Fitriyanti, F., Atoy, L., Arsulfa, A., & Anwar, K. K. (2024). Hypnobreastfeeding with a self-efficacy module for breastfeeding postpartum mothers, Kendari City, Indonesia. *Journal of Public Health and Development*, 23(1). <https://doi.org/10.55131/jphd/2025/230111>



e-ISSN: 2964-9196
Vol.4 No.4 September 2026
DOI: <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas>

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

- Winarti, G., Nasution, S. Z., & Siregar, F. L. S. (2024). Efektivitas edukasi berbasis *Family Centered Maternity Care* terhadap dukungan keluarga dan *self-efficacy* pada ibu postpartum dalam pemberian ASI. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 6(1). <https://doi.org/10.31539/joting.v6i1.9797>
- Ertas, E., Çevik, F., & Özerdoğan, N. (2026). The effect of breastfeeding experience presented with virtual reality on breastfeeding self-efficacy and breastfeeding motivation: A randomized controlled trial. *Journal of Perinatology*, 46, 396–402. <https://doi.org/10.1038/s41372-025-02535-3>